



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ.....สำนักปลัด.งานการศึกษา องค์การบริหารส่วนตำบลนาสี โทร.๐๔๒-๑๐๙๙๔

ที่ นก ๓๕๗.๐๑/๑๒๙๙ วันที่ ๒๖ ตุลาคม ๒๕๖๙

เรื่อง ประกาศรายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ประจำเดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๙

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี

เรื่องเดิม

ด้วยศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี ได้ดำเนินการจัดทำรายการอาหารกลางวันประจำเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๙ ตามประกาศองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี ลงวันที่ ๒๖ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๙ นั้น

ข้อเท็จจริง

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กได้ดำเนินการจัดทำรายการอาหารกลางวันประจำเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๙ แบบอัตโนมัติ Thai School Lunch (TSL) เพื่อให้เด็กได้รับประทานอาหารกลางวันที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และปริมาณที่เหมาะสม คือ มีสารอาหารครบ ๕ หมู่ ประกอบด้วย คาร์โบไฮเดรต ไขมัน วิตามิน โปรตีน และเกลือแร่ จำนวนนักเรียน ๗๐ คนๆ ละ ๒๗ บาท วันละ ๑ มื้อ รวมทั้งสิ้น ๒๑ วันทำการ

ข้อระเบียบ

ตามที่หนังสือด่วนที่สุด ที่ นก.๐๐๒๓.๓/ว ๑๐๖๖ วันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๗ เรื่องการติดตาม ตรวจสอบและประเมินผลดำเนินงานโครงการอาหารกลางวัน เพื่อป้องกันผลกระทบต่อภาวะทุพโภชนาการเด็กนักเรียนและคุณภาพการจัดการเรียนการสอน

ข้อพิจารณา

เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหารกลางวันที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และปริมาณที่เหมาะสม

ข้อเสนอ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นสมควร กรุณาลงนามหนังสือที่แนบ

(ลงชื่อ).....

(นางศศิประภา จันทรัตน์)

นักวิเคราะห์นโยบายและแผน รักษาราชการแทน

นักวิชาการศึกษา

(ลงชื่อ)พันจ่าตรี.....

(สมคิด จันทะวงษ์)

นักทรัพยากรบุคคล รักษาราชการแทน

หัวหน้าสำนักปลัด

-เสนอนายก อบต.นาสี/ ความเห็นปลัด อบต.

☒ เห็นควรพิจารณาอนุมัติ

☐ ไม่เห็นควรพิจารณาอนุมัติ

(ลงชื่อ)

(นายพงศ์ดี สมสมัยพงศ์กุล)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี

ความเห็นนายก อบต.นาสี

☒ อนุมัติ

☐ ไม่อนุมัติ

(ลงชื่อ)

(นายลิน ศรีแก้วนิน)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี



ประกาศศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี
เรื่อง รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กประจำเดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๙

ตามที่หนังสือด่วนที่สุด ที่ นก.๐๐๒๓.๓/ว ๑๐๖๖ ลงวันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๗ เรื่องการติดตาม ตรวจสอบและประเมินผลดำเนินงานโครงการอาหารกลางวันประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๙ และหนังสือด่วนที่สุด ที่ นก. ๐๐๒๓.๓/ว๒๘๑๙ ลงวันที่ ๑๐ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ เพื่อความโปร่งใสและเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในการป้องกันและปราบปรามการทุจริตงบประมาณค่าอาหารกลางวัน ให้เปิดเผยรายการอาหารและจำนวนปริมาณสำคัญที่ใช้ประกอบอาหารในแต่ละวัน ให้ผู้ปกครอง และนักเรียนรับทราบ โดยพิจารณาเปิดเผยเป็นรายสัปดาห์รายเดือนตามความเหมาะสม นั้น

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี ได้ดำเนินการจัดทำรายการอาหารกลางวัน ประจำเดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๙ แบบอัตโนมัติ Thai School Lunch (TSL) เพื่อให้เด็กได้รับประทานอาหารกลางวันที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และปริมาณที่เหมาะสม คือ มีสารอาหารครบ ๕ หมู่ ประกอบด้วย คาร์โบไฮเดรต ไขมัน วิตามิน โปรตีน และเกลือแร่ จำนวนนักเรียน ๗๐ คนๆละ ๒๗ บาท วันละ ๑ มื้อ รวมทั้งสิ้น ๒๑ วันทำการ ตามรายการอาหารแนบท้าย

จึงประกาศให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๒๖ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๙

(นายลิน ศรีแก้วนิน)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี

รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี
สังกัดองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี อ.สุวรรณคูหา จ.หนองบัวลำภู
ประจำเดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๙

วันที่	รายการอาหาร	อาหารว่าง
๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ผัดแตงกวาใส่ไข่+แกงจืดเต้าหู้	แตงโม
๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ไก่ทอดรียากิ+ซุปรสอร่อย	แคนตาลูป
๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ข้าวผัดหมู+แกงจืดไข่น้ำ	ขนมไทย (ขนมชั้น)
๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ข้าวเหนียว+ส้มตำ+ไก่ทอด	ลอดช่องน้ำกะทิ
๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ข้าวมันไก่+แกงจืดไข่น้ำ	แซนวิช
๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ไข่พะโล้หมูสามชั้น+ผัดวุ้นเส้น	แคนตาลูป
๑๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ข้าวหมูแดง+แกงจืดไข่น้ำ	ข้าวโพดต้ม
๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ผัดกะเพราไก่+แกงจืดสาหร่าย	ส้มเขียวหวาน
๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ไข่เจียวทรงเครื่อง+แกงจืดเต้าหู้หมูสับ	นมเปรี้ยว
๑๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ข้าวต้มทะเลรวม+ไข่ต้ม+ลูกชิ้นหมูหนึ่ง	เค้กกล้วยหอม
๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ข้าวเหนียว+ส้มตำ+ไก่ทอด	ข้าวโพดคั่วกลูเนย
๑๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ไก่ทอดรียากิ+ซุปรสอร่อย	แตงโม
๑๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ผัดแตงกวาใส่ไข่+ต้มยำข้าวไก่	โดนัท
๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ไข่พะโล้หมูสามชั้น+ผัดผักรวมใส่ลูกชิ้น	เค้กกล้วยหอม
๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ข้าวหมูแดง+แกงจืดไข่น้ำ	ส้มเขียวหวาน
๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ผัดกะเพราไก่+แกงจืดสาหร่าย	นมเปรี้ยว
๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ข้าวผัดหมู+ไก่ต้มฟัก	แซนวิช
๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ไก่ทอดรียากิ+ซุปรสอร่อย	แตงโม
๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ผัดแตงกวาใส่ไข่+ต้มยำข้าวไก่	โดนัท
๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ข้าวต้มทะเลรวม+ไข่ต้ม+ลูกชิ้นหมูหนึ่ง	เค้กกล้วยหอม
๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๙	ข้าวเหนียว+ส้มตำ+ไก่ทอด	ลอดช่องน้ำกะทิ

๑. ข้าวผัดหมู+แกงจืดสาหร่าย

๑.แตงโม

๒. ไก่ทอดรียากิ+ซุปรสอร่อย

๒.แคนตาลูป

๓. ไข่พะโล้หมูสามชั้น+ผัดผักรวมใส่ลูกชิ้น

๓. ส้มเขียวหวาน

๔. ข้าวเหนียว+ไก่ทอด+ส้มตำ

๔. สับปะรด

๕. ข้าวไข่เจียวทรงเครื่อง+แกงจืดเต้าหู้หมูสับ

๕. นมเปรี้ยว

๖. ข้าวต้มทะเลรวมมิตร+ไข่ต้ม+ลูกชิ้นหมูหนึ่ง

๖. ลอดช่องน้ำกะทิ

๗. ข้าวมันไก่ต้ม+แกงจืดไข่น้ำ

๗. แซนวิช

๘. ข้าวหมูแดง+แกงจืดสาหร่าย

๘. ข้าวโพดคั่วกลูเนย

๙. ผัดกะเพราไก่ (ดับ ถั่วฝักยาวหอมหัวใหญ่)+แกงจืดไข่น้ำ

๙. เค้กกล้วยหอม

๑๐. ข้าวโพดต้ม

๑๑. โดนัท



NECTEC
a member of NISTOA

ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ

ช่วงชั้น อนุบาล/ศพด.

ช่วงวันที่

02/11/2569

ถึง 30/11/2569

วันที่	ชื่อรายการอาหาร	พลังงาน	โปรตีน	ไขมัน	แคลเซียม	เหล็ก	วิตามิน เอ	วิตามิน บี 1	วิตามิน บี 2	วิตามิน ซี	ใยอาหาร	โซเดียม	น้ำตาล
02/11/69	แดงโม 3 ช้อนพุดำ	0.30	0.22	0.00	0.08	0.28	1.20	0.77	0.77	2.92	0.63	1.52	2.44
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	แกงจืดเต้าหู้ขาว ใ้ใส่ส้ม แครอท	1.73	3.14	2.65	1.05	5.11	11.93	1.77	6.84	7.46	4.23	289.68	1.67
	ผัดแตงกวาไก่ต้ม กุ้งแห้ง ใส่ไข่ (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.55	3.86	5.88	0.77	2.63	3.25	1.56	4.68	2.97	0.96	171.53	1.46
	รวม	7.29	11.40	13.46	9.75	8.93	21.76	7.74	31.38	13.34	5.82	552.73	12.97
03/11/69	แคนดาลูป 4 ช้อนพุดำ	0.27	0.20	0.03	0.29	1.14	4.12	0.68	0.45	15.04	1.03	3.00	2.52
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	0.74	2.14	1.40	0.47	1.52	4.52	0.91	3.77	0.00	0.00	34.33	0.16
	ลูกชิ้นหมู 2 ชม. 4 ลูก	0.78	2.16	1.00	0.29	0.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	164.00	0.2
	ก๋วยเตี๋ยวน้ำเส้นหมี่ขาวหมู ใส่ส้ม ถั่วอก ค่ะน้า	3.37	4.28	2.32	1.69	7.92	16.98	13.29	4.05	11.44	3.74	604.71	2.06
	รวม	7.85	12.96	9.69	10.58	12.29	31.00	18.52	27.37	26.48	4.77	896.04	12.38
04/11/69	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	เค้กกล้วยหอม 1 ชิ้น	2.93	1.41	3.57	0.83	0.00	0.94	0.18	2.55	0.00	1.65	97.60	10.45
	ข้าวผัดหมู ใส่ไข่ ค่ะน้า แครอท	5.14	5.59	6.53	1.30	3.97	4.29	16.02	4.98	8.71	2.49	307.76	2.20
	แกงจืดไข่น้ำ (ไข่ 1/2 ฟอง) ไก่ต้ม กะหล่ำปลี	2.32	3.48	5.04	0.89	2.54	3.31	1.38	4.89	6.51	1.33	287.87	0.93
	รวม	13.09	14.66	20.07	10.86	7.43	13.92	21.22	31.51	15.22	5.47	783.23	20.98
05/11/69	ข้าวเหนียวขาวนึ่ง 1.5 ช้อน (แนะนำสำหรับ อนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.79	1.65	0.11	0.11	0.75	0.00	0.77	0.00	0.00	0.49	6.60	0.07
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ส้มตำไทย ผักสด	1.89	3.09	2.21	1.08	5.56	0.93	2.13	2.67	14.20	5.63	158.64	6.15
	ลอดช่องสิงคโปร์น้ำกะทิ 1.5 ทัพพี	2.06	0.39	3.57	1.25	0.68	0.00	0.00	0.00	0.00	0.07	4.75	6.13
	ไก่ทอดกระเทียม ผักเคียง	2.15	2.69	4.77	0.36	1.71	1.15	0.99	2.94	3.87	2.12	196.14	2.48
	รวม	11.58	12.01	15.59	10.64	9.61	7.46	7.53	24.70	18.07	8.32	456.13	22.22
06/11/69	ขนมปังแซนวิช 1 แผ่น	1.65	1.79	1.15	0.47	0.99	0.00	1.73	0.34	0.00	3.00	88.16	0.80
	ข้าวมันไก่ต้ม (เมนูกรมอนามัย)	3.54	4.83	3.48	0.37	9.00	19.80	3.00	9.00	3.85	1.55	335.81	0.99
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	แกงจืดกะหล่ำปลี แครอท ไก่ต้ม ลูกชิ้น ปลา	1.83	4.09	2.77	0.78	2.27	0.92	0.78	2.55	5.32	2.25	374.36	1.19
	รวม	9.72	14.89	12.33	9.46	13.17	26.10	9.14	30.98	9.17	6.80	888.33	10.38
คะแนนรวม 5 สัปดาห์		49.52	65.92	71.15	51.30	51.42	100.25	64.15	145.94	82.28	31.17	3,576.46	78.93
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)		9.90	13.18	14.23	10.26	10.28	20.05	12.83	29.19	16.46	6.23	715.29	15.79
09/11/69	แคนดาลูป 4 ช้อนพุดำ	0.27	0.20	0.03	0.29	1.14	4.12	0.68	0.45	15.04	1.03	3.00	2.52
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ผัดวุ้นเส้นไก่ต้ม กะหล่ำปลี แครอท มะเขือเทศ	2.87	2.12	5.28	0.50	2.76	0.75	1.02	2.73	5.79	1.76	250.22	1.86
	ไข่พะโล้ไก่ ใส่เต้าหู้	2.36	4.72	4.02	1.12	6.42	6.03	1.92	6.87	0.61	2.02	284.92	3.93
	รวม	8.20	11.22	14.27	9.75	11.23	16.29	7.26	29.15	21.45	4.82	628.14	15.70
10/11/69	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวหมูแดง แดงกวาง	5.25	6.48	3.17	0.86	4.90	1.85	19.44	4.11	3.85	1.47	462.89	4.56
	ข้าวโพดต้ม 1/4 ผักใหญ่	1.66	0.97	0.36	0.17	2.45	0.30	1.86	1.64	1.99	6.62	7.17	0.13
	แกงจืดไข่น้ำ (ไข่ 1/2 ฟอง) ไก่ต้ม กะหล่ำปลี	2.32	3.48	5.04	0.89	2.54	3.31	1.38	4.89	6.51	1.33	287.87	0.93
	รวม	11.93	15.11	13.50	9.77	10.81	10.84	26.32	29.73	12.35	9.42	847.93	13.02
11/11/69	ส้มเขียวหวาน 1/2 ผล	0.35	0.23	0.05	0.16	0.13	0.32	0.82	0.50	6.11	1.44	1.44	3.02
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวผัดกะเพราไก่ ใส่ส้ม หัวผักกาด หอมใหญ่	5.07	4.16	6.78	0.81	4.71	10.53	2.10	8.13	5.60	2.88	284.83	2.18
	แกงจืดสาหร่ายหมูสับ ใส่กุ้ง เต้าหู้ไข่ (ตำรับอาหารเด็กก่อนวัยเรียน)	2.55	6.29	2.46	4.38	11.94	7.42	7.11	3.06	8.00	14.08	468.05	0.50
	รวม	10.67	14.85	14.22	13.19	17.69	23.65	13.66	30.78	19.72	18.40	844.32	13.10
12/11/69	แดงโม 3 ช้อนพุดำ	0.30	0.22	0.00	0.08	0.28	1.20	0.77	0.77	2.92	0.63	1.52	2.44
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	แกงจืดเต้าหู้ไข่ ไก่ต้ม ใส่เลือด ต่ำตึง	1.67	3.57	2.61	1.24	9.50	7.55	2.28	3.84	3.20	2.45	302.52	0.27
	ไข่เจียวทรงเครื่องไก่ต้ม มะเขือเทศ หอมใหญ่ (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.02	2.45	5.18	0.50	1.82	3.32	1.20	3.57	4.68	1.01	158.15	0.77
	รวม	6.69	10.42	12.73	9.67	12.51	17.46	7.89	27.27	10.79	4.10	552.2	10.88
13/11/69	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	0.74	2.14	1.40	0.47	1.52	4.52	0.91	3.77	0.00	0.00	34.33	0.16
	ลูกชิ้นหมู 2 ชม. 4 ลูก	0.78	2.16	1.00	0.29	0.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	164.00	0.25

	เค้กกล้วยหอม 1 ชิ้น	2.93	1.41	3.57	0.83	0.00	0.94	0.18	2.55	0.00	1.65	97.60	10.45
	ข้าวต้มทะเลรวมมิตร ผักโขม	3.36	4.59	1.43	1.33	4.05	4.87	1.89	2.52	2.51	2.48	522.92	0.22
	รวม	10.50	14.48	12.34	10.77	7.28	15.71	6.62	27.93	2.51	4.13	908.86	18.48
	คะแนนรวม 5 สัปดาห์	47.99	66.09	67.06	53.15	59.51	83.94	61.75	144.86	66.83	40.86	3,781.45	71.18
	คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	9.60	13.22	13.41	10.63	11.90	16.79	12.35	28.97	13.37	8.17	756.29	14.24
16/11/69	ข้าวเหนียวขาวนึ่ง 1.5 ช้อน (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.79	1.65	0.11	0.11	0.75	0.00	0.77	0.00	0.00	0.49	6.60	0.07
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวโพดคั่ว 1.5 หัฟฟี่	2.80	1.39	0.85	0.27	3.60	0.40	2.77	2.36	3.01	9.79	45.30	4.09
	ส้มตำไทย ผักสด	1.89	3.09	2.21	1.08	5.56	0.93	2.13	2.67	14.20	5.63	158.64	6.15
	ไก่ทอดกระเทียม ผักเคียง	2.15	2.69	4.77	0.36	1.71	1.15	0.99	2.94	3.87	2.12	196.14	2.48
	รวม	12.32	13.00	12.87	9.66	12.53	7.86	10.30	27.06	21.07	18.04	496.68	20.18
17/11/69	แตงโม 3 ชิ้นพอดีคำ	0.30	0.22	0.00	0.08	0.28	1.20	0.77	0.77	2.92	0.63	1.52	2.44
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	0.74	2.14	1.40	0.47	1.52	4.52	0.91	3.77	0.00	0.00	34.33	0.16
	กล้วยเดียน้ำเส้นมะขามี่หมี ลูกชิ้นหมู ผักกวางตุ้ง ถั่วงอก	4.89	7.80	3.48	1.38	7.54	2.67	12.78	3.66	7.81	2.39	965.81	2.80
	รวม	8.62	14.34	9.82	9.78	10.25	13.77	18.10	27.30	10.73	3.02	1091.67	12.79
18/11/69	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	โดน่าโรยน้ำตาล 1 ชิ้น	1.62	0.83	2.57	0.46	0.08	0.00	0.68	0.77	0.00	1.60	68.68	4.38
	ต้มยำไก่ เห็ดนางฟ้า	1.92	3.91	2.86	0.68	3.10	0.44	1.23	9.57	4.58	3.00	511.63	0.90
	ผัดแตงกวาไก่ลัม กุ้งแห้ง ใส่ไข่ (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.55	3.86	5.88	0.77	2.63	3.25	1.56	4.68	2.97	0.96	171.53	1.46
	รวม	8.79	12.79	16.25	9.77	6.72	9.07	7.11	34.11	7.55	5.55	841.84	14.14
19/11/69	ผัดผักรวมมิตรไก่ (เมนูกรมอนามัย)	1.10	1.98	2.24	0.20	0.99	0.32	0.00	3.00	5.26	1.16	129.95	0.79
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	เค้กกล้วยหอม 1 ชิ้น	2.93	1.41	3.57	0.83	0.00	0.94	0.18	2.55	0.00	1.65	97.60	10.45
	ไข่พะโล้ ใส่เต้าหู้ หัวผักกาด	2.29	4.23	3.68	1.44	7.96	6.01	2.19	6.93	2.72	3.48	291.17	4.51
	รวม	9.02	11.81	14.43	10.32	9.77	12.65	6.01	31.57	7.97	6.29	608.72	23.15
20/11/69	ส้มเขียวหวาน 1/2 ผล	0.35	0.23	0.05	0.16	0.13	0.32	0.82	0.50	6.11	1.44	1.44	3.02
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวหมูแดง แตงกวา	5.25	6.48	3.17	0.86	4.90	1.85	19.44	4.11	3.85	1.47	462.89	4.56
	แกงจืดไข่น้ำ (ไข่ 1/2 ฟอง) ไก่ลัม กะหล่ำปลี	2.32	3.48	5.04	0.89	2.54	3.31	1.38	4.89	6.51	1.33	287.87	0.93
	รวม	10.62	14.37	13.19	9.76	8.48	10.86	25.27	28.59	16.48	4.24	842.2	15.91
	คะแนนรวม 5 สัปดาห์	49.37	66.31	66.56	49.28	47.75	54.22	66.79	148.63	63.80	37.15	3,881.11	86.18
	คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	9.87	13.26	13.31	9.86	9.55	10.84	13.36	29.73	12.76	7.43	776.22	17.24
23/11/69	แตงโม 3 ชิ้นพอดีคำ	0.30	0.22	0.00	0.08	0.28	1.20	0.77	0.77	2.92	0.63	1.52	2.44
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวผัดกะเพราไก่ ใส่ต้น ถั่วฝักยาว หอมใหญ่	5.07	4.16	6.78	0.81	4.71	10.53	2.10	8.13	5.60	2.88	284.83	2.18
	แกงจืดสาหร่ายหุ้มน้ำ ใส่กุ้ง เต้าหู้ไข่ (สำหรับอาหารเด็กก่อนวัยเรียน)	2.55	6.29	2.46	4.38	11.94	7.42	7.11	3.06	8.00	14.08	468.05	0.50
	รวม	10.63	14.84	14.17	13.12	17.84	24.53	13.62	31.05	16.53	17.59	844.41	12.52
24/11/69	ขนมปังแซนวิช 1 แผ่น	1.65	1.79	1.15	0.47	0.99	0.00	1.73	0.34	0.00	3.00	88.16	0.80
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ข้าวผัดหมู ใส่ไข่ คะน้า แครอท	5.14	5.59	6.53	1.30	3.97	4.29	16.02	4.98	8.71	2.49	307.76	2.20
	ไก่ต้มในมะขามอ่อน	1.52	3.37	2.30	0.50	2.77	2.26	2.28	3.30	3.53	2.86	270.85	0.13
	รวม	11.00	14.93	14.91	10.11	8.64	11.94	23.66	27.71	12.24	8.36	756.77	10.53
25/11/69	แตงโม 3 ชิ้นพอดีคำ	0.30	0.22	0.00	0.08	0.28	1.20	0.77	0.77	2.92	0.63	1.52	2.44
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	0.74	2.14	1.40	0.47	1.52	4.52	0.91	3.77	0.00	0.00	34.33	0.16
	กล้วยเดียน้ำเส้นหมีขาวหมู ใส่ต้น ถั่วงอก คะน้า	3.37	4.28	2.32	1.69	7.92	16.98	13.29	4.05	11.44	3.74	604.71	2.06
	รวม	7.11	10.82	8.66	10.09	10.63	28.08	18.61	27.69	14.36	4.37	730.56	12.05
26/11/69	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	โดน่าโรยน้ำตาล 1 ชิ้น	1.62	0.83	2.57	0.46	0.08	0.00	0.68	0.77	0.00	1.60	68.68	4.38
	ต้มยำไก่ เห็ดนางฟ้า	1.92	3.91	2.86	0.68	3.10	0.44	1.23	9.57	4.58	3.00	511.63	0.90
	ผัดแตงกวาไก่ลัม กุ้งแห้ง ใส่ไข่ (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.55	3.86	5.88	0.77	2.63	3.25	1.56	4.68	2.97	0.96	171.53	1.46
	รวม	8.79	12.79	16.25	9.77	6.72	9.07	7.11	34.11	7.55	5.55	841.84	14.14
27/11/69	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	0.74	2.14	1.40	0.47	1.52	4.52	0.91	3.77	0.00	0.00	34.33	0.16
	ลูกชิ้นหมู 2 ชม. 4 ลูก	0.78	2.16	1.00	0.29	0.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	164.00	0.25
	เค้กกล้วยหอม 1 ชิ้น	2.93	1.41	3.57	0.83	0.00	0.94	0.18	2.55	0.00	1.65	97.60	10.45
	ข้าวต้มทะเลรวมมิตร ผักโขม	3.36	4.59	1.43	1.33	4.05	4.87	1.89	2.52	2.51	2.48	522.92	0.22
	รวม	10.50	14.48	12.34	10.77	7.28	15.71	6.62	27.93	2.51	4.13	908.86	18.48
	คะแนนรวม 5 สัปดาห์	48.03	67.87	66.34	53.85	51.11	89.34	69.62	148.49	53.18	40.00	4,082.44	67.72

คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)		9.61	13.57	13.22	10.77	10.22	17.87	13.92	29.70	10.64	8.00	816.49	13.54
30/11/69	ข้าวเหนียวขาวนึ่ง 1.5 บั๊น (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	2.79	1.65	0.11	0.11	0.75	0.00	0.77	0.00	0.00	0.49	6.60	0.07
	นมพาสเจอร์ไรส์ รสจืด 200 ml	2.70	4.18	4.93	7.85	0.91	5.38	3.64	19.09	0.00	0.00	90.00	7.40
	ส้มตำไทย ผักสด	1.89	3.09	2.21	1.08	5.56	0.93	2.13	2.67	14.20	5.63	158.64	6.15
	หลอดช่องสิงคโปร์น้ำกะทิ 1.5 หัฟฟ์	2.06	0.39	3.57	1.25	0.68	0.00	0.00	0.00	0.00	0.07	4.75	6.13
	ไก่ทอดกระเทียม ผักเคียง	2.15	2.69	4.77	0.36	1.71	1.15	0.99	2.94	3.87	2.12	196.14	2.48
	รวม	11.58	12.01	15.59	10.64	9.61	7.46	7.53	24.70	18.07	8.32	456.13	22.22
คะแนนรวม 1 สัปดาห์		11.58	12.01	15.59	10.64	9.61	7.46	7.53	24.70	18.07	8.32	456.13	22.22
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)		11.58	12.01	15.59	10.64	9.61	7.46	7.53	24.70	18.07	8.32	456.13	22.22