



ประกาศเทศบาลตำบลห้วยเหนียว  
เรื่อง รายงานรายการอาหารกลางวันของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลห้วยเหนียว  
สังกัดเทศบาลตำบลห้วยเหนียว อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี  
ประจำเดือน มกราคม 2568

.....  
ตามหนังสือ กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น ด่วนที่สุด ที่ มท 0816.2/ว 4448 ลงวันที่ 21 พฤศจิกายน 2566 เรื่อง การติดตามตรวจสอบ และประเมินผลการดำเนินงานโครงการอาหารกลางวัน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2568 ให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินการตามมาตรการป้องกันการทุจริตงบประมาณค่าอาหารกลางวันเด็กนักเรียนและแจ้งสถานศึกษาในสังกัดถือปฏิบัติตาม นั้น

เทศบาลตำบลห้วยเหนียว จึงขอรายงานรายการอาหารกลางวันของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลห้วยเหนียว ประจำเดือน มกราคม 2568 โดยคำนึงถึงหลักโภชนาการ คุณภาพ ความปลอดภัย ความสะอาด ถูกหลักอนามัย มีคุณค่าทางโภชนาการครบ 5 หมู่ ประกอบด้วย โปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน วิตามิน และเกลือแร่ และเหมาะสมกับเด็กนักเรียนเป็นสำคัญ โดยอ้างอิงรายการอาหารจากเมนูอาหารกลางวันจากระบบ Thai School Lunch โดยมีรายละเอียดที่แนบท้าย ดังนี้

จึงประกาศเพื่อทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ 27 ธันวาคม พ.ศ.2567

(นายประยูร สี่ไพบูลย์)

นายกเทศมนตรีตำบลห้วยเหนียว



สถาบันโภชนาการ

## รายงานสรุปปริมาณวัตถุดิบ



ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ

โรงเรียน ศพด.วัดห้วยเหนียว

จำนวนสำหรับ 10

ช่วงชั้น อุนบาล (3-5 ปี)

จำนวน (คน) 22

ช่วงวันที่ 02/01/68

ถึง 15/01/68

ลำดับ	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้	หน่วย
1	ขนมจีน	1.7	kg
2	เค้ก เนย	44	ชิ้น (40 กรัม)
3	โดนัท โรยน้ำตาล	22	ชิ้น (17 กรัม)
4	ข้าวสารเจ้า	4.4	kg
5	ข้าวโพดเหลือง ต้ม	12	ฝักใหญ่ ( 16x5.5ซม.) 180 กรัม
6	เค้กชิฟฟอน	88	ชิ้น (40 กรัม)
7	เส้นหมี่ขาว แห้ง	0.7	kg
8	กวยจั๊บญวน เส้น สด	1.3	kg
9	ขนมปังแซนวิช	44	แผ่น
10	แป้งมันสำปะหลัง	1	ขีด
11	ถั่วลิสง คั่ว	0.0	kg
12	ถั่วเขียว เมล็ด แห้ง	0.7	kg
13	เต้าหู้พวง	22	ชิ้น (4 กรัม)
14	เต้าหู้ไข่ไก่ หลอด	4	หลอด (120 กรัม)
15	ถั่วเขียว กะเทาะเปลือก / ถั่วทอง	0.0	kg
16	มะพร้าวทึนทึก	0.1	kg
17	กะหล่ำปลี	0.5	kg
18	แตงกวา	0.3	kg
19	ถั่วงอก	0.2	kg
20	ถั่วมัถยา ดิบ	0.2	kg
21	ผักคะน้า	0.3	kg
22	ผักขึ้นฉ่าย/ ซึจิ้น	1	ขีด
23	ผักชี	1	ขีด
24	ผักตำลึง	1.5	kg
25	ผักบุ้งจีน	1.1	kg
26	ผักบุ้งไทย ต้นขาว	0.4	kg
27	พริกชี้ฟ้า แดง	1	ขีด

28	ฟักทอง		1.1	kg
29	ฟักเขียว		0.5	kg
30	ต้นหอม		2	ขีด
31	หอมหัวเล็ก หอมแดง		3	ขีด
32	แครอท		0.5	kg
33	ข้าวโพดอ่อน		0.3	kg
34	พริกชี้ฟ้า ไม่ระบุสี		1	ขีด
35	มะนาว		2	ผลเล็ก (น้ำ 13 กรัม)
36	น้ำมันงา		3	ลูก 50 กรัม มีน้ำ 9.75 ก.
37	กล้วยน้ำว้า สุก		44	ผลกลาง (52 กรัม)
38	แตงโม		3.6	kg
39	ฝรั่ง		1.4	kg
40	สาหร่าย		1.2	kg
41	แอปเปิ้ล		22	ผลกลาง (110 กรัม)
42	แก้วมังกร ผล		1.2	kg
43	ชมพู ทับทิมจันทร์		1.7	kg
44	ตับไก่		0.1	kg
45	เนื้อไก่ (เนื้อล้วน)		0.2	kg
46	เนื้อไก่ ส่วนสะโพก(มีกระดูก)		1.9	kg
47	เนื้อหมูสันนอก		1.4	kg
48	เลือดหมูต้ม		0.2	kg
49	หมูสับ		0.7	kg
50	เลือดไก่ต้ม		0.3	kg
51	กุ้ง สด		0.9	kg
52	ลูกชิ้นปลา		0.6	Kg
53	ปลาหมึกกล้วย		0.2	kg
54	ปลากะพงขาว		0.2	kg
55	กุ้ง สด		0.3	kg
56	ไข่ไก่		33	ฟอง 50 กรัม (เบอร์ 2)
57	น้ำมันถั่วเหลือง		1	ขวดใหญ่ 1000 ml
58	น้ำมันปาล์มโอเลอิน		1	ขวดใหญ่ 1000 ml
59	กะทิกล่อง		2	กล่อง 500 ml
60	หางกะทิ (ใช้มะพร้าวเดียวกับคั้นหัวกะทิ)		1.4	kg
61	เนื้อมะพร้าวขูดคั้น หัวกะทิ-หางกะทิ		0.5	kg

62	น้ำตาลทรายขาว	1.2	kg
63	น้ำตาลปี๊บ/ น้ำตาลขี้บ	0.1	kg
64	เกลือป่น	57	กรัม
65	ตั้งฉ่าย	1	ขีด
66	น้ำปลา	1	ขวดใหญ่ 750 ml
67	น้ำส้มสายชู	1	ขวดใหญ่ 700 ml
68	พริกไทยขาว ป่น	20	กรัม
69	พะโล้ผง	8	กรัม
70	กระเทียม หัว	2	ขีด
71	ขิง แก่	1	ขีด
72	อบเชย	1	ขีด
73	พริกชี้หนู ป่น	1	ขีด
74	มะขามเปรี้ยว / มะขามเปียก	1	ขีด
75	ซีอิ๊วขาว สูตร 2	1	ขวดใหญ่ 700 ml
76	ซีอิ๊วดำ ข้น / ซีอิ๊วหวาน	1	ขวดใหญ่ 940 ml
77	เต้าเจี้ยว	1	ขวด 800 ml
78	รากผักชี	1	ขีด
79	ข่าแก่	1	ขีด
80	ขอสหอยนางรม	1	ขวดใหญ่ 800 กรัม
81	กระเทียมเจียว กรอบแห้ง	2	ขีด
82	ซีอิ๊วขาว สูตร 1	1	ขวดใหญ่ 700 ml
83	น้ำประปา น้ำเปล่า	29	ลิตร
84	ขนมเม็ดขนุน	66	เม็ด (3.5*2*2 ซม.) 8 กรัม
85	ถั่วแปบ	22	ชิ้น (25 กรัม)
86	วุ้นกะทิใบเตย	22	ชิ้นกลาง (55 กรัม)
87	เจากัวย ชนิดเนื้อนุ่ม (เนื้อล้วน)	0.7	kg
88	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล	44	ชิ้น (10 กรัม)
89	ซีโครงไก่	4	โครง (1โครง ตมน้ำซุปรได้ 2 ลิตร)



สถาบันโกชนาคาร

โรงเรียน

ศพด.วัดห้วยเหนียว

ช่วงชั้น

อนุบาล (3-5 ปี)

จำนวน (คน) 22

ช่วงวันที่ 02/01/68

ถึง 15/01/68

## รายงานวัตถุดิบและปริมาณการจัดซื้อ



ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ

รายงานนี้เป็นเพียงประมาณการค่าใช้จ่ายวัตถุดิบ มิใช่ เอกสารทางการเงิน หรือใบเสร็จรับเงิน ในการจัดซื้อวัตถุดิบใดๆ ทั้งสิ้น

วันที่	อาหาร	ส่วนประกอบ	ปริมาณที่ซื้อ		ราคาต่อหน่วย	จำนวนเงิน
			จำนวน	หน่วย		
02/01/2568	แก้มังกร 3 ชั้นพอคำ 55 กรัม ขนมจีนน้ำพริก ผักลวก ไข่ต้ม 1/4 ฟอง (ขนมจีน 1 จับ) 2 ทัพพี	แก้มังกร ผล	1.21	kg	30.00	36.30
		ขนมจีน	1.65	kg	25.00	41.25
		ถั่วลิสง คั่ว	0.02	kg	90.00	1.80
		ถั่วเขียว กะเทาะเปลือก / ถั่วทอง	0.04	kg	82.00	3.28
		ถั่วออก	0.22	kg	20.00	4.40
		ถั่วฝักยาวดิบ	0.23	kg	37.50	8.63
		ผักชี	0.12	ขีด	4.50	0.54
		ผักบุ้งไทย ต้นขาว	0.36	kg	70.00	25.20
		หอมหัวเล็ก หอมแดง	0.76	ขีด	5.00	3.80
		หอมหัวเล็ก หอมแดง	0.24	ขีด	5.00	1.20
		มะนาว	1.69	ผลเล็ก (น้ำ 13 กรัม)	3.00	5.07
		น้ำมะกรูด	2.26	ลูก 50 กรัม มีน้ำ 9.75 ก.	2.00	4.52
		กุ้งสด	0.93	kg	385.00	358.05
		ไข่ไก่ ขนาดกลาง(เบอร์2)	5.50	ฟอง 50 กรัม (เบอร์ 2)	4.20	23.10
		น้ำมันปาล์มโอเลอิน	0.01	ขวดใหญ่ 1000 ml	46.00	0.46
		หางกะทิ (ใช้มะพร้าวเดียวกับคั้นหัวกะทิ)	1.43	kg	0.00	0.00
		เนื้อมะพร้าวขูดคั้น หัวกะทิ-หางกะทิ	0.55	kg	60.00	33.00
		น้ำตาลปีก/ น้ำตาลปีบ	0.04	kg	39.00	1.56
		กระเทียม หัว	0.27	ขีด	6.20	1.67
		พริกชี้หนู ปน	0.22	ขีด	17.00	3.74
		มะขามเปรี้ยว / มะขามเปียก	0.09	ขีด	7.00	0.63
		รากผักชี	0.11	ขีด	4.00	0.44
		ข่าแก่	0.07	ขีด	3.00	0.21
		กระเทียมเจียว กรอบแห้ง	0.22	ขีด	16.50	3.63
		น้ำประปา น้ำเปล่า	0.04	ลิตร	0.00	0.00
		โดนัทโรยน้ำตาล 1 ซีนกลม 17 กรัม ขนาด 1.5x0.7 นิ้ว	โดนัท โรยน้ำตาล	22.00	ซีน (17 กรัม)	3.13
ข้าวโพดต้ม 1/4 ฝักใหญ่ 45 กรัม ขนาด 19.3x5.5 ซม.	ข้าวโพดเหลือง ต้ม (20 x 4.6 ซม.)	5.50	ฝักใหญ่ (16x5.5 ซม.) 180 กรัม	12.50	68.75	
จำนวนเงิน						700.09

					เฉลี่ยต่อคนต่อสัปดาห์	31.82
03/01/2568	แดงโม 3 ชิ้นพอค่า 55 กรัม	แดงโม	1.21	kg	27.50	33.28
	ถั่วเขียวต้มน้ำตาล 1.5 ทัพพี	ถั่วเขียว เมล็ด แห้ง	0.33	kg	70.00	23.10
		น้ำตาลทรายขาว	0.26	kg	22.00	5.72
		เกลือ ป่น	2.20	กรัม	0.01	0.02
		น้ำประปา น้ำเปล่า	1.10	ลิตร	0.00	0.00
	แกงจืดกะหล่ำปลี แครอท ใกลิ้น ลูกชิ้นปลา 2 ทัพพี	กะหล่ำปลี	0.50	kg	10.00	5.00
		แครอท	0.26	kg	30.00	7.80
		เนื้อไก่ ส่วนสะโพก(มีกระดูก)	0.55	kg	55.00	30.25
		ลูกชิ้นปลา (2)	0.44	kg	103.00	45.32
		เกลือ ป่น	6.60	กรัม	0.01	0.07
		ซีอิ๊วขาว สูตร 2	0.03	ขวดใหญ่ 700 ml	17.50	0.53
		กระเทียมเจียว กรอบแห้ง	0.22	ขีด	16.50	3.63
		ซีโครงไก่ 1 โครง ตมน้ำซุปลได้ 2 ลิตร	1.10	โครง (1โครง ตมน้ำซุปลได้ 2 ลิตร)	10.00	11.00
	เค้กชิฟฟอน 1 ชิ้นสี่เหลี่ยม 40 กรัม ขนาด 2x2 นิ้ว หนา 2 นิ้ว	เค้กชิฟฟอน	22.00	ชิ้น (40 กรัม)	5.00	110.00
ข้าวสวยขาว 60 กรัม 1 ทัพพี	ข้าวสารเจ้า หุงข้าวสวย	0.57	kg	25.00	14.25	
					จำนวนเงิน	289.96
					เฉลี่ยต่อคนต่อสัปดาห์	13.18
06/01/2568	ผัดผักทองหมู ใส่ไข่ 1 ทัพพี	ผักทอง	1.08	kg	20.00	21.60
		ต้นหอม	1.18	ขีด	3.00	3.54
		เนื้อหมูสันนอก	0.37	kg	162.50	60.13
		ไข่ไก่ ขนาดกลาง(เบอร์2)	11.00	ฟอง 50 กรัม (เบอร์ 2)	4.20	46.20
		น้ำมันถั่วเหลือง	0.11	ขวดใหญ่ 1000 ml	55.00	6.05
		น้ำตาลทรายขาว	0.02	kg	22.00	0.44
		น้ำปลาดี	0.03	ขวดใหญ่ 750 ml	31.00	0.93
		ซีอิ๊วขาว สูตร 1	0.03	ขวดใหญ่ 700 ml	39.50	1.19
		น้ำประปา น้ำเปล่า	0.22	ลิตร	0.00	0.00
	เค้กชิฟฟอน 1 ชิ้นสี่เหลี่ยม 40 กรัม ขนาด 2x2 นิ้ว หนา 2 นิ้ว	เค้กชิฟฟอน	22.00	ชิ้น (40 กรัม)	5.00	110.00
	ขนมเม็ดขนุน 3 เม็ดใหญ่ รวม 24 กรัม	ขนมเม็ดขนุน	66.00	เม็ด (3.5*2*2 ซม.) 8 กรัม	1.50	99.00
	ข้าวสวยขาว 60 กรัม 1 ทัพพี	ข้าวสารเจ้า หุงข้าวสวย	0.57	kg	25.00	14.25
	ชมพู 1 ผลส่วนที่กินได้ 75 กรัม	ชมพู ทับทิมจันทร์	1.65	kg	25.00	41.25
					จำนวนเงิน	404.57
					เฉลี่ยต่อคนต่อสัปดาห์	18.39

07/01/2568	เค้กเนย 1 ชั้นสีเหลือง 40 กรัม ขนาด 2x2 นิ้ว หนา 1.5 นิ้ว	เค้ก เนย	22.00	ชั้น (40 กรัม)	5.00	110.00
	กล้วยน้ำว้า 1 ผลส่วนที่กินได้ 52 กรัม	กล้วยน้ำว้า สุก	22.00	ผลกลาง (52 กรัม)	3.10	68.20
	กวยเตี่ยวราดหน้าเส้นหมี่ขาวหมู ค่ะน่า แครอท ข้าวโพดอ่อน 1.5 ทัพพี	เส้นหมี่ขาว แห้ง	0.67	kg	30.00	20.10
		แป้งมันสำปะหลัง	0.66	ขีด	4.00	2.64
		ผักคะน้า	0.28	kg	29.00	8.12
		แครอท	0.26	kg	30.00	7.80
		ข้าวโพดอ่อน	0.27	kg	30.00	8.10
		เนื้อหมูสันนอก	0.66	kg	162.50	107.25
		น้ำมันถั่วเหลือง	0.11	ขวดใหญ่ 1000 ml	55.00	6.05
		น้ำตาลทรายขาว	0.02	kg	22.00	0.44
		น้ำปลาดี	0.06	ขวดใหญ่ 750 ml	31.00	1.86
		พริกไทยขาว ป่น	6.60	กรัม	0.70	4.62
		กระเทียม หัว	0.13	ขีด	6.20	0.81
		ซีอิ๊วขาว สูตร 2	0.06	ขวดใหญ่ 700 ml	17.50	1.05
		ซีอิ๊วดำ ช้น / ซีอิ๊วหวาน	0.05	ขวดใหญ่ 940 ml	28.00	1.40
		เต้าเจี้ยว	0.06	ขวด 800 ml	36.00	2.16
		ขอสหอยนางรม	0.03	ขวดใหญ่ 800 กรัม	40.00	1.20
		น้ำประปา น้ำเปล่า	6.60	ลิตร	0.00	0.00
		น้ำประปา น้ำเปล่า	0.22	ลิตร	0.00	0.00
		วุ้นกะทิใบเตย 1 ชั้น 55 กรัม ขนาด 1.5x1.5 นิ้ว หนา 1 นิ้ว	วุ้นกะทิใบเตย	22.00	ชั้นกลาง (55 กรัม)	5.00
จำนวนเงิน					461.80	
เฉลี่ยต่อคนต่อสำรับ					20.99	

08/01/2568	สาส์ 1/4 ผล ส่วนที่กินได้ 55 กรัม	สาส์	1.21	kg	49.00	59.29
	ข้าวมันไก่ ดับ เลือด ซุปฟัก แดงกว่า 1.5 ทัพพี	ข้าวสารเจ้า ต้มข้าวต้ม	0.88	kg	25.00	22.00
		แดงกว่า	0.33	kg	12.00	3.96
		ผักชี	0.12	ขีด	4.50	0.54
		พริกชี้ฟ้า แดง	0.07	ขีด	3.25	0.23
		ฟักเขียว	0.48	kg	8.00	3.84
		ดับไก่	0.07	kg	100.00	7.00
		เนื้อไก่ ส่วนสะโพก(มีกระดูก)	0.69	kg	55.00	37.95
		เลือดไก่ต้ม	0.11	kg	24.00	2.64
		น้ำมันถั่วเหลือง	0.11	ขวดใหญ่ 1000 ml	55.00	6.05
		น้ำตาลทรายขาว	0.02	kg	22.00	0.44
		เกลือ ป่น	11.00	กรัม	0.01	0.11
		น้ำส้มสายชู	0.03	ขวดใหญ่ 700 ml	23.00	0.69
		ขิง แก่	0.11	ขีด	5.00	0.55
		ซีอิ๊วดำ ข้น / ซีอิ๊วหวาน	0.05	ขวดใหญ่ 940 ml	28.00	1.40
		เต้าเจี้ยว	0.03	ขวด 800 ml	36.00	1.08
		ซีอิ๊วขาว สูตร 1	0.06	ขวดใหญ่ 700 ml	39.50	2.37
		ซีโครงไก่ 1 โครง ต้มน้ำซุปรได้ 2 ลิตร	0.88	โครง (1โครง ต้ม น้ำซุปรได้ 2 ลิตร)	10.00	8.80
		ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล 2 ชั้น 20 กรัม	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล	44.00	ชิ้น (10 กรัม)	2.00
	แจก้วยข้าวโพด 1.5 ทัพพี	ข้าวโพดเหลือง ต้ม (20 x 4.6 ซม.)	1.22	ฝักใหญ่ ( 16x5.5 ซม.) 180 กรัม	12.50	15.25
น้ำตาลทรายขาว		0.13	kg	22.00	2.86	
แจก้วย ชนิดเนื้อนุ่ม (เนื้อล้วน)		0.66	kg	33.00	21.78	
					จำนวนเงิน	286.83
					เฉลี่ยต่อคนต่อสัปดาห์	13.04



09/01/2568	แดงโม 3 ชั้นพอล่า 55 กรัม	แดงโม	1.21	kg	27.50	33.28
	ถั่วเขียวต้มน้ำตาล 1.5 ทัพพี	ถั่วเขียว เมล็ด แห้ง	0.33	kg	70.00	23.10
		น้ำตาลทรายขาว	0.26	kg	22.00	5.72
		เกลือ ป่น	2.20	กรัม	0.01	0.02
		น้ำประปา น้ำเปล่า	1.10	ลิตร	0.00	0.00
		เค้กชิฟฟอน 1 ชั้นสีเหลือง 40 กรัม ขนาด 2x2 นิ้ว หน้า 2 นิ้ว	เค้กชิฟฟอน	22.00	ชิ้น (40 กรัม)	5.00
	ไข่พะโล้ไก่ ใส่เต้าหู้ (ไข่ 1/2 ฟอง)	เต้าหู้ฟอง	22.00	ชิ้น (4 กรัม)	0.75	16.50
		เนื้อไก่ (เนื้อล้วน)	0.22	kg	67.50	14.85
		ไข่ไก่ ขนาดกลาง(เบอร์2)	11.00	ฟอง 50 กรัม (เบอร์ 2)	4.20	46.20
		น้ำมันปาล์มโกลเด้น	0.04	ขวดใหญ่ 1000 ml	46.00	1.84
		น้ำตาลปีก/ น้ำตาลปีบ	0.04	kg	39.00	1.56
		พริกไทย ขาว ป่น	6.60	กรัม	0.70	4.62
		พะโล้ผง	7.92	กรัม	0.30	2.38
		กระเทียม หัว	0.53	ขีด	6.20	3.29
		อบเชย	0.22	ขีด	50.00	11.00
		ซีอิ๊วขาว สูตร 2	0.06	ขวดใหญ่ 700 ml	17.50	1.05
		ซีอิ๊วดำ ข้น / ซีอิ๊วหวาน	0.05	ขวดใหญ่ 940 ml	28.00	1.40
		รากผักชี	0.22	ขีด	4.00	0.88
		น้ำประปา น้ำเปล่า	1.65	ลิตร	0.00	0.00
		ข้าวสวยขาว 60 กรัม 1 ทัพพี	ข้าวสารเจ้า หุงข้าวสวย	0.57	kg	25.00
จำนวนเงิน					291.93	
เฉลี่ยต่อคนต่อสำรับ					13.27	

10/01/2568	แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใส่เลือด ต่ำสิง 2 ทัพพี	เต้าหู้ไข่ไก่ หลอด	3.67	หลอด (120 กรัม)	10.00	36.70
		ผักตำลึง	1.10	kg	48.87	53.76
		เนื้อหมูสันนอก	0.33	kg	162.50	53.63
		เลือดหมูต้ม	0.22	kg	57.50	12.65
		เกลือ ป่น	6.60	กรัม	0.01	0.07
		ซีอิ๊วขาว สูตร 2	0.03	ขวดใหญ่ 700 ml	17.50	0.53
		กระเทียมเจียว กรอบแห้ง	0.22	ขีด	16.50	3.63
		ซีโครงไก่ 1 โครง ต้มน้ำซุ๊ปได้ 2 ลิตร	1.10	โครง (1โครง ต้มน้ำซุ๊ปได้ 2 ลิตร)	10.00	11.00
	เค้กชิฟฟอน 1 ชั้นสีเหลือง 40 กรัม ขนาด 2x2 นิ้ว หน้า 2 นิ้ว	เค้กชิฟฟอน	22.00	ชิ้น (40 กรัม)	5.00	110.00
	ข้าวสวยขาว 60 กรัม 1 ทัพพี	ข้าวสารเจ้า หุงข้าวสวย	0.57	kg	25.00	14.25
	แอปเปิ้ล 1/2 ผลเล็ก ส่วนที่กินได้ 55 กรัม	แอปเปิ้ล	11.00	ผลกลาง (110 กรัม)	13.75	151.25
	กล้วยบวชชี 1 ผล 1.5 ทัพพี.	กล้วยน้ำว้า สุก	22.00	ผลกลาง (52 กรัม)	3.10	68.20
		กะทิกล่อง	1.32	กล่อง 500 ml	40.00	52.80
		น้ำตาลทราย ขาว	0.35	kg	22.00	7.70
เกลือ ป่น		5.50	กรัม	0.01	0.06	
จำนวนเงิน					576.21	
เฉลี่ยต่อคนต่อสำรับ					26.19	

13/01/2568	แดงโม 3 ชั้นพอค่า 55 กรัม	แดงโม	1.21	kg	27.50	33.28
	ข้าวต้มทะเลรวมมิตร 2 ทัพพี	ข้าวสารเจ้า ต้มข้าวต้ม	0.66	kg	25.00	16.50
		ผักขึ้นฉ่าย/ ซีจีน	0.42	ขีด	5.50	2.31
		ผักชี	0.12	ขีด	4.50	0.54
		ผักตำลึง	0.44	kg	48.87	21.50
		ต้นหอม	0.12	ขีด	3.00	0.36
		ปลาหมึกกล้วย	0.22	kg	220.00	48.40
		ปลากะพงขาว	0.17	kg	140.00	23.80
		กุ้ง สด (แช่แข็ง/ไม่มีหัว)	0.30	kg	315.00	94.50
		ลูกชิ้นปลา (2)	0.18	kg	103.00	18.54
		น้ำมันถั่วเหลือง	0.02	ขวดใหญ่ 1000 ml	55.00	1.10
		เกลือ ปน	11.00	กรัม	0.01	0.11
		ดองฉ่าย	0.22	ขีด	2.80	0.62
		พริกไทย ขาว ปน	6.60	กรัม	0.70	4.62
		รากผักชี	0.11	ขีด	4.00	0.44
		กระเทียมเจียว กรอบแห้ง	0.11	ขีด	16.50	1.82
		ซีอิ๊วขาว สูตร 1	0.06	ขวดใหญ่ 700 ml	39.50	2.37
		น้ำประปา น้ำเปล่า	6.60	ลิตร	0.00	0.00
	ข้าวโพดคอก 1 ทัพพี	ข้าวโพดเหลือง ต้ม (20 x 4.6 ซม.)	4.89	ฝักใหญ่ ( 16x5.5ซม.) 180 กรัม	12.50	61.13
		มะพร้าวทึนทึก	0.11	kg	60.00	6.60
		น้ำตาลทราย ขาว	0.04	kg	22.00	0.88
	แยมโรล 1 ชั้นใหญ่ 40 กรัม ขนาด 3 นิ้ว หนา 1 นิ้ว	เค้ก เนย	22.00	ชิ้น (40 กรัม)	5.00	110.00
	จำนวนเงิน					449.40
เฉลี่ยต่อคนต่อสำรับ					20.43	

14/01/2568	ฝรั่ง 1/4 ผลส่วนที่กินได้ 62 กรัม	ฝรั่ง	1.36	kg	20.00	27.20
	กล้วยฉาบญวนไก่ ใส่เลือด 2 ทัพพี	กล้วยฉาบญวน เส้น สด	1.32	kg	117.50	155.10
		ผักชี	0.12	ขีด	4.50	0.54
		ต้นหอม	0.12	ขีด	3.00	0.36
		หอมหัวเล็ก หอมแดง	1.53	ขีด	5.00	7.65
		พริกชี้ฟ้า ไม่ระบุสี	0.35	ขีด	4.00	1.40
		เนื้อไก่ ส่วนสะโพก(มีกระดูก)	0.69	kg	55.00	37.95
		เลือดไก่ต้ม	0.22	kg	24.00	5.28
		น้ำมันถั่วเหลือง	0.02	ขวดใหญ่ 1000 ml	55.00	1.10
		น้ำมันปาล์มโอเลอิน	0.02	ขวดใหญ่ 1000 ml	46.00	0.92
		น้ำตาลทรายขาว	0.02	kg	22.00	0.44
		เกลือ ป่น	11.00	กรัม	0.01	0.11
		น้ำปลาดี	0.03	ขวดใหญ่ 750 ml	31.00	0.93
		น้ำส้มสายชู	0.06	ขวดใหญ่ 700 ml	23.00	1.38
		รากผักชี	0.22	ขีด	4.00	0.88
		กระเทียมเจียว กรอบแห้ง	0.44	ขีด	16.50	7.26
		ซีอิ๊วขาว สูตร 1	0.06	ขวดใหญ่ 700 ml	39.50	2.37
		น้ำประปา น้ำเปล่า	4.40	ลิตร	0.00	0.00
		ขนมปังแซนด์วิช (1 แผ่น)	ขนมปังแซนด์วิช	22.00	แผ่น	1.50
	ถั่วแปบ 1 ชัน 25 กรัม ขนาด 1.2x2.5 นิ้ว หนา 0.7 นิ้ว	ถั่วแปบ	22.00	ชัน (25 กรัม)	5.00	110.00
จำนวนเงิน					393.87	
เฉลี่ยต่อคนต่อสำรับ					17.90	

15/01/2568	ขนมปังแซนด์วิช (1 แผ่น)	ขนมปังแซนด์วิช	22.00	แผ่น	1.50	33.00
	แอปเปิ้ล 1/2 ผลเล็ก ส่วนที่กินได้ 55 กรัม	แอปเปิ้ล	11.00	ผลกลาง (110 กรัม)	13.75	151.25
	ข้าวสวยขาว 60 กรัม 1 ทัพพี	ข้าวสารเจ้า หุงข้าวสวย	0.57	kg	25.00	14.25
	ผักผักบุงจีนหมูสับ 1 ทัพพี	ผักบุงจีน	1.14	kg	24.00	27.36
		หมูสับ	0.66	kg	135.00	89.10
		น้ำมันถั่วเหลือง	0.11	ขวดใหญ่ 1000 ml	55.00	6.05
		น้ำตาลทรายขาว	0.02	kg	22.00	0.44
		น้ำปลาดี	0.01	ขวดใหญ่ 750 ml	31.00	0.31
		กระเทียม หัว	0.27	ขีด	6.20	1.67
		เต้าเจี้ยว	0.03	ขวด 800 ml	36.00	1.08
		ขอสหอยนางรม	0.03	ขวดใหญ่ 800 กรัม	40.00	1.20
		ซีอิ๊วขาว สูตร 1	0.03	ขวดใหญ่ 700 ml	39.50	1.19
		น้ำประปา น้ำเปล่า	0.22	ลิตร	0.00	0.00
	ไข่เจียว 1/4 ฟอง 14 กรัม	ไข่ไก่ ขนาดกลาง(เบอร์2)	5.50	ฟอง 50 กรัม (เบอร์ 2)	4.20	23.10
		น้ำมันปาล์มโอเลอิน	0.04	ขวดใหญ่ 1000 ml	46.00	1.84
จำนวนเงิน						351.84
เฉลี่ยต่อคนต่อสัปดาห์						15.99
งบรวมทั้งหมด						4,206.49
งบประมาณเฉลี่ย คน/สัปดาห์						19.12

วันที่พิมพ์รายงาน 27/12/2024 13:06:45



สถาบันโภชนาการ

โรงเรียน ศพต.วัดห้วยเหินยว

ช่วงชั้น อนุบาล (3-5 ปี)

## สรุปคะแนนคุณค่าทางโภชนาการและเกณฑ์การประเมินคุณภาพอาหาร



ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ

ช่วงวันที่

02/01/2568

ถึง 15/01/2568

วันที่	ชื่อรายการอาหาร	พลังงาน	โปรตีน	ไขมัน	แคลเซียม	เหล็ก	วิตามิน เอ	วิตามิน บี 1	วิตามิน บี 2	วิตามิน ซี	ใยอาหาร	โซเดียม	น้ำตาล
02/01/68	แก้มังกร 3 ชิ้นพอคำ 55 กรัม	0.91	0.62	0.54	0.07	0.58	0.00	2.90	1.10	3.07	3.50	2.33	5.02
	ขนมจีนน้ำพริก ผักลวก ไข่ต้ม 1/4 ฟอง (ขนมจีน 1 จัน) 2 ท้าพ	6.63	8.12	9.73	2.55	11.27	3.56	25.80	6.20	5.43	11.57	146.03	4.28
	โดมัทโรยน้ำตาล 1 ชิ้นกลม 17 กรัม ขนาด 1.5x0.7 นิ้ว	1.83	1.02	3.14	0.52	0.09	0.00	0.75	0.85	0.00	1.81	68.68	4.38
	ข้าวโพดต้ม 1/4 ผักใหญ่ 45 กรัม ขนาด 19.3x5.5 ซม.	1.88	1.19	0.44	0.19	2.70	0.27	2.05	1.80	1.69	7.50	7.17	0.13
	รวม	11.25	10.95	13.84	3.34	14.63	3.83	31.50	9.95	10.19	24.39	224.21	13.80
03/01/68	แดงโม 3 ชิ้นพอคำ 55 กรัม	0.34	0.26	0.00	0.09	0.31	1.08	0.85	0.85	2.48	0.72	1.52	2.44
	ถั่วเขียวต้มน้ำตาล 1.5 ท้าพ	2.51	2.60	0.18	0.49	5.56	0.06	6.00	1.50	0.53	13.05	43.54	12.74
	แกงจืดกะหล่ำปลี แครอท ไข่ต้ม ลูกชิ้นปลา 2 ท้าพ	2.38	5.94	3.93	0.98	2.81	0.86	1.00	3.30	5.19	2.57	369.16	1.23
	เค้กชิฟฟอน 1 ชิ้นสี่เหลี่ยม 40 กรัม ขนาด 2x2 นิ้ว หน้า 2 นิ้ว	3.32	2.30	3.77	2.45	5.00	2.80	3.40	1.40	0.00	0.40	128.44	14.10
	ข้าวสวยขาว 60 กรัม 1 ท้าพ	2.00	1.10	0.15	0.15	0.90	0.00	0.30	0.40	0.00	0.40	20.40	0.03
รวม	10.55	12.21	8.03	4.16	14.57	4.81	11.55	7.45	8.20	17.14	563.06	30.53	
คะแนนรวม 2 สัปดาห์		21.80	23.16	21.87	7.50	29.20	8.64	43.05	17.40	18.39	41.53	787.27	44.33
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)		10.90	11.58	10.94	3.75	14.60	4.32	21.53	8.70	9.20	20.76	393.63	22.17
06/01/68	ผัดผักทองหมู ใส่ไข่ 1 ท้าพ	3.26	5.94	6.93	0.80	4.07	5.49	15.70	6.05	3.46	3.37	244.48	2.02
	เค้กชิฟฟอน 1 ชิ้นสี่เหลี่ยม 40 กรัม ขนาด 2x2 นิ้ว หน้า 2 นิ้ว	3.32	2.30	3.77	2.45	5.00	2.80	3.40	1.40	0.00	0.40	128.44	14.10
	ขนมเม็ดขนุน 3 เม็ดใหญ่ รวม 24 กรัม	2.24	1.84	3.49	1.19	0.36	0.33	2.15	4.30	0.00	2.88	7.70	3.37
	ข้าวสวยขาว 60 กรัม 1 ท้าพ	2.00	1.10	0.15	0.15	0.90	0.00	0.30	0.40	0.00	0.40	20.40	0.03
	ขนมฟู 1 ผลส่วนที่กินได้ 75 กรัม	0.80	0.24	0.08	0.03	0.38	0.10	0.40	1.90	14.95	2.75	4.50	6.60
รวม	11.62	11.43	14.42	4.64	10.70	8.73	21.95	14.05	18.41	9.80	405.52	26.12	
07/01/68	เค้กเนย 1 ชิ้นสี่เหลี่ยม 40 กรัม ขนาด 2x2 นิ้ว หน้า 1.5 นิ้ว	3.99	0.90	6.63	2.55	4.40	2.57	2.40	1.00	0.00	1.07	156.46	14.44
	กล้วยน้ำว้า 1 ผลส่วนที่กินได้ 52 กรัม	1.59	0.33	0.08	0.13	0.73	0.09	1.30	0.80	2.95	4.91	2.45	8.97
	กล้วยเดี่ยวราดหน้าเส้นหมี่ขาวหมู คุกกี้ แครอท ข้าวโพดอ่อน 1.5 ท้าพ	5.84	7.21	6.41	2.05	7.04	1.43	25.10	3.35	9.10	4.85	648.65	2.65
	คุกกี้ทึบเนย 1 ชิ้น 55 กรัม ขนาด 1.5x1.5 นิ้ว หน้า 1 นิ้ว	1.82	0.26	2.37	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	46.94	11.33
รวม	13.24	8.71	15.50	4.76	12.17	4.10	28.80	5.15	12.05	10.83	854.50	37.39	
08/01/68	สาหร่าย 1/4 ผลส่วนที่กินได้ 55 กรัม	0.61	0.18	0.09	0.04	0.25	0.00	0.85	0.85	1.65	4.13	1.98	2.32
	ข้าวมันไก่ ตับ เลือด ขุปัก แดงกว่า 1.5 ท้าพ	7.04	6.79	8.35	0.69	9.97	7.78	2.90	7.60	5.90	2.38	574.56	2.33
	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล 2 ชิ้น 20 กรัม	2.19	1.81	3.21	0.52	1.21	0.00	0.50	1.20	0.00	3.04	92.60	0.69
	เลาก้วยข้าวโพด 1.5 ท้าพ	1.11	0.29	0.10	0.04	3.35	0.06	0.45	0.40	0.38	1.67	1.59	5.90
รวม	10.95	9.07	11.75	1.30	14.78	7.84	4.70	10.05	7.93	11.22	670.72	11.25	
09/01/68	แดงโม 3 ชิ้นพอคำ 55 กรัม	0.34	0.26	0.00	0.09	0.31	1.08	0.85	0.85	2.48	0.72	1.52	2.44
	ถั่วเขียวต้มน้ำตาล 1.5 ท้าพ	2.51	2.60	0.18	0.49	5.56	0.06	6.00	1.50	0.53	13.05	43.54	12.74
	เค้กชิฟฟอน 1 ชิ้นสี่เหลี่ยม 40 กรัม ขนาด 2x2 นิ้ว หน้า 2 นิ้ว	3.32	2.30	3.77	2.45	5.00	2.80	3.40	1.40	0.00	0.40	128.44	14.10
	ไข่พะโล้ไก่ ใส่เต้าหู้ (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.63	5.25	5.18	1.13	6.70	4.12	1.85	6.55	0.54	2.47	285.10	3.34
	ข้าวสวยขาว 60 กรัม 1 ท้าพ	2.00	1.10	0.15	0.15	0.90	0.00	0.30	0.40	0.00	0.40	20.40	0.03
รวม	10.80	11.53	9.28	4.31	18.46	8.07	12.40	10.70	3.55	17.04	479.00	32.64	
10/01/68	แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใส่เลือด ดาลิ่ง 2 ท้าพ	1.79	5.18	2.49	1.31	17.09	6.55	14.10	3.55	2.58	2.55	256.42	0.21
	เค้กชิฟฟอน 1 ชิ้นสี่เหลี่ยม 40 กรัม ขนาด 2x2 นิ้ว หน้า 2 นิ้ว	3.32	2.30	3.77	2.45	5.00	2.80	3.40	1.40	0.00	0.40	128.44	14.10
	ข้าวสวยขาว 60 กรัม 1 ท้าพ	2.00	1.10	0.15	0.15	0.90	0.00	0.30	0.40	0.00	0.40	20.40	0.03
	แอปเปิ้ล 1/2 ผลเล็ก ส่วนที่กินได้ 55 กรัม	0.84	0.09	0.04	0.28	1.38	0.27	0.55	0.85	0.83	1.10	35.20	6.06
	กล้วยบวชชี 1 ผล 1.5 ท้าพ	4.56	0.79	4.72	0.19	1.64	0.09	1.30	0.80	2.95	5.01	93.00	24.93
รวม	12.50	9.47	11.17	4.39	26.00	9.72	19.65	7.00	6.36	9.46	533.45	45.32	
คะแนนรวม 5 สัปดาห์		59.11	50.20	62.12	19.40	82.10	38.46	87.50	46.95	48.29	58.34	2,943.20	152.71
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)		11.82	10.04	12.42	3.88	16.42	7.69	17.50	9.39	9.66	11.67	588.64	30.54
13/01/68	แดงโม 3 ชิ้นพอคำ 55 กรัม	0.34	0.26	0.00	0.09	0.31	1.08	0.85	0.85	2.48	0.72	1.52	2.44

	ข้าวต้มทะเลรวมมิตร 2 ทัพพี	3.79	6.13	1.49	1.57	4.51	3.85	1.95	2.55	1.78	2.45	524.35	0.23
	ข้าวโพดคอก 1 ทัพพี	2.00	1.11	0.61	0.19	2.58	0.24	2.00	1.70	1.65	7.22	7.27	2.07
	แฮมโรล 1 ชิ้นใหญ่ 40 กรัม ขนาด 3 นิ้ว หน้า 1 นิ้ว	3.99	0.90	6.63	2.55	4.40	2.57	2.40	1.00	0.00	1.07	156.46	14.44
	รวม	10.13	8.40	8.74	4.41	11.79	7.75	7.20	6.10	5.92	11.45	689.61	19.18
14/01/68	ฝรั่ง 1/4 ผลส่วนที่กินได้ 62 กรัม	0.81	0.35	0.05	0.09	0.68	0.05	1.25	2.50	71.99	8.70	4.02	4.82
	กล้วยจันทน์หวาน 1/2 ผลสุก 2 ทัพพี	5.65	6.29	5.43	0.65	10.68	0.27	1.40	3.45	2.15	2.09	581.81	1.49
	ขนมปังแซนด์วิช (1 แผ่น)	1.86	2.19	1.40	0.52	1.09	0.00	1.90	0.38	0.00	3.40	88.16	0.80
	ถั่วแปบ 1 ชิ้น 25 กรัม ขนาด 1.2x2.5 นิ้ว หน้า 0.7 นิ้ว	1.57	1.31	0.64	0.41	2.10	0.02	1.60	1.95	0.13	1.96	23.67	4.54
	รวม	9.89	10.14	7.52	1.67	14.55	0.34	6.15	8.28	74.28	16.16	697.66	11.65
15/01/68	ขนมปังแซนด์วิช (1 แผ่น)	1.86	2.19	1.40	0.52	1.09	0.00	1.90	0.38	0.00	3.40	88.16	0.80
	แอปเปิ้ล 1/2 ผลเล็ก ส่วนที่กินได้ 55 กรัม	0.84	0.09	0.04	0.28	1.38	0.27	0.55	0.85	0.83	1.10	35.20	6.06
	ข้าวสวยขาว 60 กรัม 1 ทัพพี	2.00	1.10	0.15	0.15	0.90	0.00	0.30	0.40	0.00	0.40	20.40	0.03
	ผัดผักนึ่งจันทน์หูลิ้น 1 ทัพพี	3.22	5.33	8.31	0.90	8.03	5.12	14.85	4.05	2.55	3.10	320.28	1.23
	ไข่เจียว 1/4 ฟอง 14 กรัม	0.82	1.31	2.30	0.26	0.84	2.03	0.50	2.10	0.00	0.00	17.17	0.08
	รวม	8.73	10.02	12.21	2.12	12.23	7.42	18.10	7.78	3.38	8.00	481.20	8.19
	คะแนนรวม 3 สัปดาห์	28.75	28.56	28.47	8.20	38.56	15.51	31.45	22.15	83.57	35.61	1,868.47	39.02
	คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	9.58	9.52	9.49	2.73	12.85	5.17	10.48	7.38	27.86	11.87	622.82	13.01

วันที่พิมพ์รายงาน 24/12/2024 14:06:36