



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 16 มกราคม พ.ศ.2568

(นายประยูร ลิ้มบุญย์)

นายกเทศมนตรีตำบลห้วยเหนียว



สถาบันโภชนาการ

## สรุปคะแนนคุณค่าทางโภชนาการและเกณฑ์การประเมินคุณภาพอาหาร



ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ

โรงเรียน ศพต.วัดห้วยเหินยว

ช่วงชั้น อนุบาล (3-5 ปี)

ช่วงวันที่

17/01/2568

ถึง 30/01/2568

วันที่	ชื่อรายการอาหาร	พลังงาน	โปรตีน	ไขมัน	แคลเซียม	เหล็ก	วิตามิน เอ	วิตามิน บี 1	วิตามิน บี 2	วิตามิน ซี	ใยอาหาร	โซเดียม	น้ำตาล
17/01/68	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง 25 กรัม	0.83	2.62	1.71	0.53	1.68	4.07	1.00	4.15	0.00	0.00	34.33	0.16
	ลาบไก่ ใสต้ม (ไม่ใส่พริก) ผักสด 1 ทัพพี	1.81	4.38	3.50	0.51	4.36	12.79	2.55	9.95	4.85	1.61	127.89	0.56
	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
	ชมพู 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
	แครกเกอร์ใสครีม 1 ซีนกลม 15 กรัม ขนาด 2 นิ้ว	1.73	0.75	2.67	0.26	0.68	0.54	0.00	0.00	0.00	0.64	17.27	3.38
รวม	7.16	9.10	8.11	1.49	7.99	17.49	4.25	16.40	19.80	5.40	204.39	10.72	
คะแนนรวม 1 สัปดาห์	7.16	9.10	8.11	1.49	7.99	17.49	4.25	16.40	19.80	5.40	204.39	10.72	
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	7.16	9.10	8.11	1.49	7.99	17.49	4.25	16.40	19.80	5.40	204.39	10.72	
20/01/68	ขนมปังแซนวิช (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
	แตงโม 3 ชิ้นพอกา 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
	แกงจืดวันเส้นหมูสับ ลูกชิ้นหมู ผักกาดขาว 2 ทัพพี	3.30	6.16	4.82	1.34	4.19	0.40	10.65	4.00	5.79	2.55	369.02	0.66
	ทองวัน 4 ชิ้น รวม 20 กรัม ยาว 3 นิ้ว	2.11	0.65	1.25	0.31	2.85	0.16	0.00	0.00	0.00	0.50	50.31	9.85
	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
รวม	9.61	10.37	7.61	2.41	9.33	1.64	13.70	5.63	8.27	7.57	529.42	13.78	
21/01/68	มะม่วงดิบ 1/4 ผล ส่วนที่กินได้ 45 กรัม	0.90	0.18	0.07	0.18	0.25	0.06	0.90	1.15	10.10	3.62	1.55	4.03
	ผักทองแกงขวด 1.5 ทัพพี	3.35	0.92	4.74	0.72	10.77	1.50	1.15	1.15	2.82	3.18	63.47	15.44
	ผัดแตงกวาหมูสับ กุ้งแห้ง ใสไข่ (ไข่ 1/2 ฟอง) 1 ทัพพี	3.28	6.31	7.93	1.07	3.77	4.32	9.05	6.10	2.81	1.16	259.67	1.43
	โดน้ำโรยน้ำตาล 1 ซีนกลม 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
	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
รวม	11.36	9.54	16.03	2.65	15.77	5.88	12.15	9.65	15.73	10.17	413.76	25.30	
22/01/68	ขนมปังแซนวิช (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
	สาลี่ 1/4 ผล ส่วนที่กินได้ 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
	ไข่เจียว 1/2 ฟอง 28 กรัม	1.63	2.62	4.60	0.53	1.68	4.07	1.00	4.15	0.00	0.00	34.33	0.16
	ต้มยำไก่ เห็ดนางฟ้า (ไม่ใส่พริก) 2 ทัพพี	2.31	5.21	3.88	0.69	3.29	0.32	1.35	9.60	3.20	3.07	476.09	0.84
	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
รวม	8.40	11.30	10.12	1.94	7.20	4.39	5.40	15.38	4.86	11.00	620.96	4.15	
23/01/68	ส้มโอ 1 กลีบกลาง 30 กรัม	0.35	0.17	0.10	0.12	0.15	0.05	0.60	0.30	11.73	0.70	2.44	2.97
	แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใสเลือด ตาลิ่ง 2 ทัพพี	1.79	5.18	2.49	1.31	17.09	6.55	14.10	3.55	2.58	2.55	256.42	0.21
	ลอดช่องเผือกข้าวโพด 1.5 ทัพพี	3.71	1.06	3.50	1.90	10.59	0.29	1.90	2.00	0.78	4.86	60.42	14.56
	เค้กชิฟฟอน 1 ซีนสี่เหลี่ยม 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 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
รวม	11.15	9.81	10.00	5.93	33.73	9.69	20.30	7.65	15.09	8.92	468.11	31.86	
24/01/68	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
	ก๋วยเตี๋ยวเส้นหมี่ขาวหมู ใสต้ม ถังอก หน้า 2 ทัพพี	4.66	7.04	3.31	2.14	9.72	14.09	21.55	4.85	11.04	5.06	575.00	2.10
	เค้กชิฟฟอน 1 ซีนสี่เหลี่ยม 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
	ขนมใส่ไส้ 1 ซีน 25 กรัม ขนาด 1.8x1.8 นิ้ว หน้า 0.5 นิ้ว	1.44	0.44	2.64	0.12	1.63	0.01	0.20	0.10	0.04	0.23	51.87	3.69
	รวม	11.01	10.12	9.81	4.84	17.08	17.01	26.45	7.15	14.03	10.59	757.75	28.85
คะแนนรวม 5 สัปดาห์	51.53	51.13	53.57	17.77	83.10	38.60	78.00	45.45	57.98	48.25	2,790.00	103.94	
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	10.31	10.23	10.71	3.55	16.62	7.72	15.60	9.09	11.60	9.65	558.00	20.79	
27/01/68	ขนมปังแซนวิช (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
	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
	ข้าวผัดกะเพราไก่ ใสต้ม หัวผักกาด หอมใหญ่ 1.5 ทัพพี	6.06	6.25	7.74	0.93	6.42	13.35	2.85	11.35	5.78	3.50	315.35	2.11
	แก้วนึ่งกร 3 ชิ้นพอกา 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
	รวม	9.65	10.36	11.98	1.79	8.93	15.39	8.15	14.93	8.85	10.40	423.01	8.01
28/01/68	ข้าวหมูแดง แตงกวา 1.5 ทัพพี	5.62	8.31	3.91	1.04	5.48	2.35	23.15	5.15	3.65	1.85	437.11	3.66

	แยมโรล 1 ชิ้นใหญ่ 40 กรัม ขนาด 3 นิ้ว หนา 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
	เต้าส่วน 1.5 ทัพพี	2.94	3.20	1.37	1.43	3.83	0.08	3.30	4.70	0.00	7.03	38.91	10.85
	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
	<b>รวม</b>	<b>14.14</b>	<b>12.74</b>	<b>12.00</b>	<b>5.15</b>	<b>14.44</b>	<b>5.10</b>	<b>30.15</b>	<b>11.65</b>	<b>6.59</b>	<b>14.85</b>	<b>634.94</b>	<b>37.91</b>
29/01/68	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
	ขนมปังแซนวิช (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
	แกงจืดฟักเขียวหมูสับ 2 ทัพพี	2.36	7.31	3.05	0.69	3.53	0.33	24.50	2.85	7.45	2.69	240.85	0.28
	แตงโม 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
	วุ้นกะทิใบเตย 1 ชิ้น 55 กรัม ขนาด 1.5x1.5 นิ้ว หนา 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
	<b>รวม</b>	<b>8.38</b>	<b>11.13</b>	<b>6.97</b>	<b>1.48</b>	<b>5.83</b>	<b>1.42</b>	<b>27.55</b>	<b>4.48</b>	<b>9.93</b>	<b>7.20</b>	<b>397.88</b>	<b>14.87</b>
30/01/68	ขนมปังแซนวิช (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
	แกว้มังกร 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
	ข้าวผัดหมู ไส้ไข่ คะน้า แครอท 1.5 ทัพพี	5.89	7.51	6.75	1.48	4.71	3.48	21.75	5.30	8.26	3.42	334.60	2.15
	คัมจับจ่ายหนู 1.5 ทัพพี	1.97	6.02	2.88	1.52	8.37	1.66	5.70	4.80	6.49	4.02	258.38	2.33
	<b>รวม</b>	<b>10.63</b>	<b>16.34</b>	<b>11.57</b>	<b>3.59</b>	<b>14.75</b>	<b>5.15</b>	<b>32.25</b>	<b>11.58</b>	<b>17.82</b>	<b>14.35</b>	<b>683.47</b>	<b>10.30</b>
	<b>คะแนนรวม 4 สัปดาห์</b>	<b>42.80</b>	<b>50.57</b>	<b>42.51</b>	<b>12.02</b>	<b>43.93</b>	<b>27.06</b>	<b>98.10</b>	<b>42.63</b>	<b>43.20</b>	<b>46.80</b>	<b>2,139.29</b>	<b>71.08</b>
	<b>คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)</b>	<b>10.70</b>	<b>12.64</b>	<b>10.63</b>	<b>3.01</b>	<b>10.98</b>	<b>6.76</b>	<b>24.53</b>	<b>10.66</b>	<b>10.80</b>	<b>11.70</b>	<b>534.82</b>	<b>17.77</b>

วันที่พิมพ์รายงาน 13/01/2025 13:36:40



สถาบันโภชนาการ

โรงเรียน ศพด.วัดห้วยเหินยอ

ช่วงชั้น อนุบาล (3-5 ปี)

# สรุปคะแนนคุณค่าทางโภชนาการและเกณฑ์การประเมินคุณภาพอาหาร

ช่วงวันที่

17/01/2568

ถึง 30/01/2568

วันที่	ชื่อรายการอาหาร	พลังงาน	โปรตีน	ไขมัน	แคลเซียม	เหล็ก	วิตามิน เอ	วิตามิน บี 1	วิตามิน บี 2	วิตามิน ซี	ใยอาหาร	โซเดียม	น้ำตาล
17/01/68	ไข่ต้ม 1/2 ฟอง 25 กรัม	0.83	2.62	1.71	0.53	1.68	4.07	1.00	4.15	0.00	0.00	34.33	0.16
	ลาบไก่ ใส่ดิบ (ไม่ใส่พริก) ผักสด 1 ทัพพี	1.81	4.38	3.50	0.51	4.36	12.79	2.55	9.95	4.85	1.61	127.89	0.56
	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
	นมฟู 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
	แครกเกอร์ไส้ครีม 1 ชิ้นกลม 15 กรัม ขนาด 2 นิ้ว	1.73	0.75	2.67	0.26	0.68	0.54	0.00	0.00	0.00	0.64	17.27	3.38
	รวม	7.16	9.10	8.11	1.49	7.99	17.49	4.25	16.40	19.80	5.40	204.39	10.72
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)	คะแนนรวม 1 สัปดาห์	7.16	9.10	8.11	1.49	7.99	17.49	4.25	16.40	19.80	5.40	204.39	10.72
	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
	แตงโม 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
	แกงจืดวุ้นเส้นหมูสับ ลูกชิ้นหมู ผักกาดขาว 2 ทัพพี	3.30	6.16	4.82	1.34	4.19	0.40	10.65	4.00	5.79	2.55	369.02	0.66
	ทองม้วน 4 ชิ้น รวม 20 กรัม ยาว 3 นิ้ว	2.11	0.65	1.25	0.31	2.85	0.16	0.00	0.00	0.00	0.50	50.31	9.85
	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
21/01/68	รวม	9.61	10.37	7.61	2.41	9.33	1.64	13.70	5.63	8.27	7.57	529.42	13.78
	นมผงตบ 1/4 ผล ส่วนที่กินได้ 45 กรัม	0.90	0.18	0.07	0.18	0.25	0.06	0.90	1.15	10.10	3.62	1.55	4.03
	ผักทองแดงบด 1.5 ทัพพี	3.35	0.92	4.74	0.72	10.77	1.50	1.15	1.15	2.82	3.18	63.47	15.44
	ผัดแตงกวาหมูสับ กุ้งแห้ง ใส่ไข่ (ไข่ 1/2 ฟอง) 1 ทัพพี	3.28	6.31	7.93	1.07	3.77	4.32	9.05	6.10	2.81	1.16	259.67	1.43
	โดนัทโรยน้ำตาล 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
	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
รวม	11.36	9.54	16.03	2.65	15.77	5.88	12.15	9.65	15.73	10.17	413.76	25.30	

28/01/68	ข้าวหอมแดง แดงกว่า 1.5 ทัพพี	5.62	8.31	3.91	1.04	5.48	2.35	23.15	5.15	3.65	1.85	437.11	3.66
	แยมโรล 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
	เต้าส่วน 1.5 ทัพพี	2.94	3.20	1.37	1.43	3.83	0.08	3.30	4.70	0.00	7.03	38.91	10.85
	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
	รวม	14.14	12.74	12.00	5.15	14.44	5.10	30.15	11.65	6.59	14.85	634.94	37.91
29/01/68	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
	ขนมปังแชนดริช (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
	แกงจืดไก่ขี้หววมส์ 2 ทัพพี	2.36	7.31	3.05	0.69	3.53	0.33	24.50	2.85	7.45	2.69	240.85	0.28
	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
	บันคะที่ใบเตย 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	8.38	11.13	6.97	1.48	5.83	1.42	27.55	4.48	9.93	7.20	397.88	14.87
30/01/68	ขนมปังแชนดริช (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
	แกวมังกร 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
	ข้าวผัดหมู ใส่ไข่ ค่ะนำ แครอท 1.5 ทัพพี	5.89	7.51	6.75	1.48	4.71	3.48	21.75	5.30	8.26	3.42	334.60	2.15
	ต้มจับฉ่ายหมู 1.5 ทัพพี	1.97	6.02	2.88	1.52	8.37	1.66	5.70	4.80	6.49	4.02	258.38	2.33
	รวม	10.63	16.34	11.57	3.59	14.75	5.15	32.25	11.58	17.82	14.35	683.47	10.30
	คะแนนรวม 4 ส้ารับ	42.80	50.57	42.51	12.02	43.93	27.06	98.10	42.63	43.20	46.80	2,139.29	71.08
	คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 ส้ารับ)	10.70	12.64	10.63	3.01	10.98	6.76	24.53	10.66	10.80	11.70	534.82	17.77

วันที่พิมพ์รายงาน 16/01/2025 9:25:52