



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักปลัด งานการศึกษา องค์การบริหารส่วนตำบลนาสี โทร.๐๔๒-๑๐๙๙๕

ที่ นก.๗๕๗.๐๑/๑๓๒๒ วันที่ ๒๘ ตุลาคม ๒๕๖๘

เรื่อง ประกาศรายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ประจำเดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๘

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี

เรื่องเดิม

ด้วยศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี ได้ดำเนินการจัดทำรายการอาหารกลางวันประจำเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๘ ตามประกาศองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี ลงวันที่ ๒๘ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๘ นั้น

ข้อเท็จจริง

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กได้ดำเนินการจัดทำรายการอาหารกลางวันประจำเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๘ 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 ๒๐ วันทำการ

ข้อระเบียบ

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

ข้อพิจารณา

เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหารกลางวันที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และปริมาณที่เหมาะสม

ข้อเสนอ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นสมควร กรุณาลงนามหนังสือที่แนบ

(ลงชื่อ)จำเอก.....

(สมคิด จันทะวงษ์)

นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการ
รักษาราชการแทน นักวิชาการศึกษา

ลงชื่อ).....

(นายศักดิ์ดา ภาชู)

หัวหน้าสำนักปลัด

-เสนอนายก อบต.นาสี/ ความเห็นปลัด อบต.

- ☒ เห็นควรพิจารณาอนุมัติ
☐ ไม่เห็นควรพิจารณาอนุมัติ

(ลงชื่อ).....

(นายพงศ์ดี สมสมัยพงศ์กุล)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี

ความเห็นนายก อบต.นาสี

- ☒ อนุมัติ
☐ ไม่อนุมัติ

(ลงชื่อ).....

(นายสถิตรีฐ พาไสย)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี



ประกาศศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี
เรื่อง รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กประจำเดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๘

ตามที่หนังสือด่วนที่สุด ที่ นก.๐๐๒๓.๓/ว ๑๐๖๖ ลงวันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๗ เรื่องการติดตาม ตรวจสอบและประเมินผลดำเนินงานโครงการอาหารกลางวันประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘ และหนังสือด่วนที่สุด ที่ นก. ๐๐๒๓.๓/ว๒๘๑๙ ลงวันที่ ๑๐ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ เพื่อความโปร่งใสและเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในการป้องกันและปราบปรามการทุจริตงบประมาณค่าอาหารกลางวัน ให้ปิดประกาศรายการอาหารและจำนวนปริมาณสำคัญที่ใช้ประกอบอาหารในแต่ละวัน ให้ผู้ปกครองและนักเรียนรับทราบ โดยพิจารณาปิดประกาศเป็นรายสัปดาห์รายเดือนตามความเหมาะสม นั้น

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี ได้ดำเนินการจัดทำรายการอาหารกลางวัน ประจำเดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๘ 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 ๒๐ วันทำการ ตามรายการอาหารแนบท้าย

จึงประกาศให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๒๘ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๘

(นายสิทธิรัฐ พาไสย์)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี

รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี
สังกัดองค์การบริหารส่วนตำบลนาสี อ.สุวรรณคูหา จ.หนองบัวลำภู
ประจำเดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๘

วันที่	รายการอาหาร	อาหารว่าง
๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ข้าวผัดหมู+แกงจืดสาหร่าย	แตงโม
๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำใส+ไข่ต้ม	แคนตาลูป
๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ผัดแตงกวาใส่ไข่+แกงจืดเต้าหู้	ขนมไทย (ขนมชั้น)
๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ข้าวเหนียว+ส้มตำ+ไก่ทอด	ลอดช่องน้ำกะทิ
๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ข้าวมันไก่+แกงจืดไข่น้ำ	แซนวิช
๑๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ไข่พะโล้หมูสามชั้น+ผัดวุ้นเส้น	แคนตาลูป
๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ข้าวหมูแดง+แกงจืดไข่น้ำ	ข้าวโพดต้ม
๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ผัดกะเพราไก่+แกงจืดสาหร่าย	แอปเปิ้ล
๑๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ไข่เจียวทรงเครื่อง+แกงจืดเต้าหู้หมูสับ	นมเปรี้ยว
๑๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ข้าวต้มทะเลรวม+ไข่ต้ม+ลูกชิ้นหมูหนึ่ง	เค้กกล้วยหอม
๑๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ข้าวเหนียว+ส้มตำ+ไก่ทอด	ข้าวโพดคลุกเนย
๑๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำใส+ไข่ต้ม	แตงโม
๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ผัดแตงกวาใส่ไข่+ต้มยำไก่	โดนัท
๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ไข่พะโล้หมูสามชั้น+ผัดผักรวมใส่ลูกชิ้น	เค้กกล้วยหอม
๒๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ข้าวหมูแดง+แกงจืดไข่น้ำ	กล้วยไข่
๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ผัดกะเพราไก่+แกงจืดสาหร่าย	นมเปรี้ยว
๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ข้าวผัดหมู+ไก่ต้มฟัก	แซนวิช
๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำใส+ไข่ต้ม	แตงโม
๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ไข่เจียวทรงเครื่อง+แกงจืดเต้าหู้หมูสับ	นมเปรี้ยว
๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๘	ข้าวเหนียว+ส้มตำ+ไก่ทอด	ข้าวโพดคลุกเนย

๑. ข้าวผัดหมู+แกงจืดสาหร่าย

๒. ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำใส+ไข่ต้ม

๓. ไข่พะโล้หมูสามชั้น+ผัดผักรวมใส่ลูกชิ้น

๔. ข้าวเหนียว+ไก่ทอด+ส้มตำ

๕. ข้าวไข่เจียวทรงเครื่อง+แกงจืดเต้าหู้หมูสับ

๖. ข้าวต้มทะเลรวมมิตร+ไข่ต้ม+ลูกชิ้นหมูหนึ่ง

๗. ข้าวมันไก่ต้ม+แกงจืดไข่น้ำ

๘. ข้าวหมูแดง+แกงจืดสาหร่าย

๙. ผัดกะเพราไก่ (ดับ ถั่วฝักยาวหอมหัวใหญ่)+แกงจืดไข่น้ำ

๑. แตงโม

๒. แคนตาลูป

๓. กล้วยไข่

๔. สับปะรด

๕. นมเปรี้ยว

๖. ลอดช่องน้ำกะทิ

๗. แซนวิช

๘. ข้าวโพดคลุกเนย

๙. เค้กกล้วยหอม

๑๐. ข้าวโพดต้ม

๑๑. โดนัท



สถาบันโภชนาการ

สรุปคะแนนคุณค่าทางโภชนาการและเกณฑ์การประเมินคุณภาพอาหาร

NECTEC
a member of NSTDA

ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ

โรงเรียน ศพด. ข่าวกอง
ช่วงชั้น อนุบาล/ศพด.

ช่วงวันที่

03/11/2568

ถึง 28/11/2568

วันที่	รายการอาหาร	พลังงาน	โปรตีน	ไขมัน	แคลเซียม	เหล็ก	วิตามิน เอ	วิตามิน บี 1	วิตามิน บี 2	วิตามิน ซี	ใยอาหาร	โซเดียม	น้ำตาล
03/11/68	แดงโม 3 ช้อนโต๊ะ	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
	ข้าวผัดหมู ใส่ไข่ ไข่ขาว 1 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) ไข่ไก่ ไข่แดง	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	10.46	13.47	16.50	10.12	7.70	14.19	21.81	29.73	18.14	4.45	687.15	12.97
04/11/68	แคนดูลูป 4 ช้อนโต๊ะ	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
	กล้วยเตียนน้ำเส้นหมี่ขาวหมู ใส่ไข่ หัวหอม	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	7.07	10.80	8.69	10.30	11.49	31.00	18.52	27.37	26.48	4.77	732.04	12.13
05/11/68	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
	ขนมถ้วย 3 ถ้วยเล็ก	1.70	0.46	2.23	0.10	0.99	0.00	0.27	0.14	0.00	0.46	63.23	5.79
	แกงจืดเต้าหู้ไข่ ไข่ไก่ ใส่เห็ด ดอกขี้เหล็ก	1.67	3.57	2.61	1.24	9.50	7.55	2.28	3.84	3.20	2.45	302.52	0.27
	ผัดแตงกวาดับหมู ใส่ไข่	2.22	3.47	4.81	0.59	15.22	66.27	3.15	9.30	5.80	0.96	283.04	2.15
	รวม	8.28	11.68	14.59	9.78	26.62	79.20	9.34	32.37	8.99	3.87	738.79	15.61
06/11/68	ข้าวเหนียวขาวนึ่ง 1.5 ปิ่น (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
07/11/68	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
	ขนมปังแบนครึ่ง 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
	ข้าวมันไก่ ดับ เห็ด ผักสด แตงกวา	5.08	4.67	5.06	0.58	7.83	9.47	2.43	6.72	6.62	2.08	628.76	2.70
	รวม	11.75	14.12	16.18	9.78	12.27	18.16	9.17	31.04	13.12	6.41	1094.79	11.83
คะแนนรวม 5 สัปดาห์		49.15	62.07	71.56	50.61	67.70	150.00	66.37	145.21	84.80	27.81	3,708.90	74.76
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 สัปดาห์)		9.83	12.41	14.31	10.12	13.54	30.00	13.27	29.04	16.96	5.56	741.78	14.95
10/11/68	แคนดูลูป 4 ช้อนโต๊ะ	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
	ผัดวุ้นเส้นไก่ใส่ไข่ ไข่ขาว 1 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 ใส่เห็ด หัวผักกาด	2.35	4.81	3.61	1.29	12.98	6.12	2.16	6.96	2.72	3.48	330.45	4.51
	รวม	8.18	11.31	13.85	9.93	17.79	16.38	7.50	29.24	23.55	6.27	673.67	16.28
11/11/68	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
	ข้าวโพดต้ม 1/4 ผลใหญ่	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) ไข่ไก่ ไข่แดง	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
12/11/68	แอปเปิ้ล 1/2 ผลเล็ก	0.74	0.07	0.04	0.25	1.25	0.30	0.50	0.77	0.97	0.97	35.20	6.06
	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 ใส่ไข่ 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
	แกงจืดกะหล่ำปลี แครอท ไข่ไก่ ลูกชิ้นปลา	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	10.35	12.50	14.53	9.69	9.14	17.13	7.02	30.54	11.89	6.10	784.4	16.83
13/11/68	แดงโม 3 ช้อนโต๊ะ	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 ไข่ไก่ ใส่ไข่ 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
	ไข่เจียวทรงเครื่องใส่ไข่ไก่ แครอท กะหล่ำปลี (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.00	2.59	5.02	0.68	1.82	3.93	1.23	3.87	4.50	1.90	144.04	0.88
	รวม	6.74	10.13	12.60	9.66	8.12	22.44	7.41	30.57	14.87	6.76	525.25	12.39
14/11/68	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 ขม. 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	0.62	27.93	2.51	4.13	908.86	18.48
คะแนนรวม 5 ส่วรับ		47.70	63.55	66.82	49.82	53.14	82.50	54.86	148.01	65.18	32.68	3,740.10	76.99
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 ส่วรับ)		9.54	12.71	13.36	9.96	10.63	16.50	10.97	29.60	13.04	6.54	748.02	15.40
17/11/68	ข้าวเหนียวขาวนึ่ง 1.5 ปั้น (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
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 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
	ข้าวโพดคอก 1 หัฟฟี่	1.77	0.91	0.50	0.17	2.34	0.27	1.82	1.55	1.95	6.37	7.27	2.07
	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	11.29	12.53	12.53	9.56	11.27	7.73	9.35	26.25	20.01	14.61	458.65	18.17
18/11/68	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
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 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
	กล้วยเตียน้ำเส้นหมี่ขาวหมู ใส่ต้น ถั่วงอกคะน้า	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
19/11/68	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 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
	โดนัทโรยน้ำตาล 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	2.65	3.30	6.07	0.46	3.49	0.25	1.17	7.80	2.62	4.31	286.54	0.90
	ผัดแตงกวาหมูสับ กุ้งแห้ง ใส่ไข่ (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.60	4.08	6.00	0.75	2.69	3.23	7.08	4.08	2.97	0.96	178.39	1.46
	รวม	9.57	12.39	19.58	9.52	7.17	8.86	12.57	31.74	5.59	6.87	623.61	14.14
20/11/68	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 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
	ผัดผักรวมมิตรหมู ใส่ต้น	2.16	3.90	4.75	0.78	8.56	32.69	16.29	5.46	11.31	2.18	202.95	0.79
	ไข่พะโล้ไก่ ใส่เลือด หัวผักกาด	2.35	4.81	3.61	1.29	12.98	6.12	2.16	6.96	2.72	3.48	330.45	4.51
	รวม	10.14	14.31	16.86	10.76	22.45	45.13	22.27	34.06	14.02	7.31	721	23.14
21/11/68	กล้วยไข่ 1 ผล	1.12	0.37	0.05	0.03	0.62	0.17	0.55	2.00	2.82	2.67	3.18	7.55
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 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
	แกงจืดไข่น้ำ (ไข่ 1/2 ฟอง) ไก่สับ 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	11.39	14.51	13.20	9.64	8.97	10.72	25.00	30.09	13.18	5.47	843.94	20.44
คะแนนรวม 5 ส่วรับ		49.50	64.56	70.83	49.57	60.49	100.52	87.79	149.82	67.16	38.63	3,377.77	87.94
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 ส่วรับ)		9.90	12.91	14.17	9.91	12.10	20.10	17.56	29.96	13.43	7.73	675.55	17.59
24/11/68	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
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 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
	แกงจืดกะหล่ำปลี แครอท ไก่สับ ลูกชิ้นปลา	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	9.91	12.65	14.49	9.52	8.16	18.03	7.29	30.54	13.84	5.76	750.72	13.21
25/11/68	ขนมปังแซนวิชวี 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
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 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
	ไก่ต้มขมิ้นใส่ผักเขียว	1.15	2.84	1.95	0.29	1.34	0.08	0.81	1.65	5.77	1.63	257.85	0.15
	รวม	10.63	14.40	14.56	9.90	7.22	9.75	22.19	26.06	14.49	7.13	743.77	10.55
26/11/68	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
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 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
	กล้วยเตียน้ำเส้นหมี่ขาวหมู ใส่ต้น ถั่วงอกคะน้า	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
27/11/68	กล้วยไข่ 1 ผล	1.12	0.37	0.05	0.03	0.62	0.17	0.55	2.00	2.82	2.67	3.18	7.55
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 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 ไก่ ใส่ต้น 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
	ไข่เจียวทรงเครื่องไก่สับ แครอท กะหล่ำปลี (ไข่ 1/2 ฟอง)	2.00	2.59	5.02	0.68	1.82	3.93	1.23	3.87	4.50	1.90	144.04	0.88
	รวม	7.55	10.28	12.65	9.61	8.46	21.41	7.18	31.80	14.77	8.80	526.91	17.50
28/11/68	ข้าวเหนียวขาวนึ่ง 1.5 ปั้น (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
	นมพาสเจอร์ไรส์รสจืด 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
	ข้าวโพดคอก 1 หัฟฟี่	1.77	0.91	0.50	0.17	2.34	0.27	1.82	1.55	1.95	6.37	7.27	2.07
	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	11.29	12.53	12.53	9.56	11.27	7.73	9.35	26.25	20.01	14.61	458.65	18.17
คะแนนรวม 5 ส่วรับ		46.49	60.68	62.89	48.69	45.74	85.01	64.62	142.34	77.47	40.67	3,210.62	71.49
คะแนนเฉลี่ยรายสัปดาห์ (1 คน/1 ส่วรับ)		9.30	12.14	12.58	9.74	9.15	17.00	12.92	28.47	15.49	8.13	642.12	14.30