

ร่างขอบเขตของงาน (TOR)

การจ้างเหมาประกอบอาหารสำเร็จรูปพร้อมบริการสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ

1. ความเป็นมา

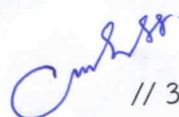

ด้วยโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ ได้รับจัดสรรงบประมาณงบเงินอุดหนุน ค่าใช้จ่ายในการจัดการศึกษาขั้นพื้นฐานสำหรับนักเรียนที่มีความสามารถพิเศษทางกีฬา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2565 เพื่อจัดหาอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการให้กับนักเรียนในสังกัดโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ

2. วัตถุประสงค์

- 2.1 เพื่อจัดหาอาหารให้นักเรียนในโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ
- 2.2 เพื่อหาผู้รับจ้างที่มีคุณสมบัติในการประกอบอาหารสำเร็จรูปพร้อมบริการสำหรับนักเรียน ให้ได้รับสารอาหารครบ 5 หมู่ และถูกต้องตามหลักโภชนาการของนักกีฬาทั้งภายในและนอกสถานที่
- 2.3 เพื่อให้ได้ผู้รับจ้างที่มีความสามารถในการบริหารจัดการที่ดี ถูกสุขลักษณะอนามัย เพียงพอต่อความต้องการของนักเรียน ให้บริการได้อย่างรวดเร็ว ทันการณ์ มีคุณภาพตามมาตรฐานทางโภชนาการ และเป็นประโยชน์ต่อนักเรียน

3. คุณสมบัติของผู้ยื่นข้อเสนอ

- 3.1 มีความสามารถตามกฎหมาย
- 3.2 ไม่เป็นบุคคลล้มละลาย
- 3.3 ไม่อยู่ระหว่างเลิกกิจการ
- 3.4 ไม่เป็นบุคคลซึ่งอยู่ระหว่างถูกระงับการยื่นข้อเสนอหรือทำสัญญากับหน่วยงานของรัฐไว้ชั่วคราว เนื่องจากเป็นผู้ที่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมินผลการปฏิบัติงานของผู้รับจ้างตามระเบียบที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการคลังกำหนดตามที่ประกาศเผยแพร่ในระบบเครือข่ายสารสนเทศของกรมบัญชีกลาง
- 3.5 ไม่เป็นบุคคลซึ่งถูกระงับชื่อไว้ในบัญชีรายชื่อผู้ทำงานและได้แจ้งเวียนชื่อให้เป็นผู้ทำงานของหน่วยงานของรัฐในระบบเครือข่ายสารสนเทศของกรมบัญชีกลาง ซึ่งรวมถึงนิติบุคคลที่ผู้ทำงานเป็นหุ้นส่วนผู้จัดการ กรรมการผู้จัดการ ผู้บริหาร ผู้มีอำนาจในการดำเนินงานในกิจการของนิติบุคคลนั้นด้วย
- 3.6 มีคุณสมบัติและไม่มีลักษณะต้องห้ามตามที่คณะกรรมการนโยบายการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐกำหนดในราชกิจจานุเบกษา
- 3.7 เป็นนิติบุคคลผู้มีอาชีพรับจ้างงานที่ประกวดราคาอิเล็กทรอนิกส์ดังกล่าว
- 3.8 ไม่เป็นผู้มีผลประโยชน์ร่วมกันกับผู้ยื่นข้อเสนอรายอื่นที่เข้ายื่นข้อเสนอให้แก่โรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ ณ วันประกาศประกวดราคาอิเล็กทรอนิกส์ หรือไม่เป็นผู้กระทำการอันเป็นการขัดขวางการแข่งขันอย่างเป็นธรรมในการประกวดราคาอิเล็กทรอนิกส์ครั้งนี้
- 3.9 ไม่เป็นผู้ได้รับเอกสิทธิ์หรือความคุ้มกัน ซึ่งอาจปฏิเสธไม่ยอมขึ้นศาลไทยเว้นแต่รัฐบาลของผู้ยื่นข้อเสนอได้มีคำสั่งให้สละเอกสิทธิ์และความคุ้มกันเช่นนั้น
- 3.10 ผู้ยื่นข้อเสนอต้องลงทะเบียนในระบบจัดซื้อจัดจ้างภาครัฐด้วยอิเล็กทรอนิกส์ (Electronic Government Procurement: e - GP) ของกรมบัญชีกลาง
- 3.11 ผู้ยื่นข้อเสนอซึ่งได้รับคัดเลือกเป็นคู่สัญญาต้องลงทะเบียนในระบบจัดซื้อจัดจ้างภาครัฐด้วยอิเล็กทรอนิกส์ (Electronic Government Procurement : e - GP) ของกรมบัญชีกลาง ตามที่คณะกรรมการ ป.ป.ช. กำหนด



// 3.12 ผู้ยื่นข้อเสนอต้อง...

3.12 ผู้ยื่นข้อเสนอต้องไม่อยู่ในฐานะเป็นผู้ไม่แสดงบัญชีรายรับรายจ่าย หรือแสดงบัญชีรายรับรายจ่ายไม่ถูกต้องครบถ้วนในสาระสำคัญ ตามที่คณะกรรมการ ป.ป.ช. กำหนด

3.13 ผู้ยื่นข้อเสนอซึ่งได้รับคัดเลือกเป็นคู่สัญญาต้องรับและจ่ายเงินผ่านบัญชีธนาคาร เว้นแต่การจ่ายเงินแต่ละครั้งซึ่งมีมูลค่าไม่เกินสามหมื่นบาทคู่สัญญาอาจจ่ายเป็นเงินสดก็ได้ ตามที่คณะกรรมการ ป.ป.ช. กำหนด

3.14 ผู้ยื่นข้อเสนอต้องมีผลงานประเภทเดียวกันกับงานที่ประกวดราคาจ้าง ในวงเงินไม่น้อยกว่า 3,420,000.-บาท (สามล้านสี่แสนสองหมื่นบาทถ้วน) ต้องเป็นสัญญาเดี่ยว และเป็นผลงานที่เป็นคู่สัญญาโดยตรงกับหน่วยงานของรัฐ หรือหน่วยงานเอกชนที่โรงเรียนเชื่อถือ พร้อมแนบสำเนาสัญญาจ้างและรับรองสำเนาถูกต้องในเอกสารทุกฉบับ

3.15 ผู้ยื่นข้อเสนอและแม่ครัวต้องผ่านการอบรมหลักสูตรสุขาภิบาลอาหารสำหรับผู้สัมผัสอาหาร ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พร้อมแนบสำเนาเอกสารผ่านการอบรมและรับรองสำเนาถูกต้องในเอกสารทุกฉบับ

4. ขอบเขตของงาน

4.1 ระยะเวลาดำเนินการ

ตั้งแต่วันที่ 4 พฤษภาคม 2565 - 30 กันยายน 2565

4.2 ข้อกำหนดของผู้รับจ้าง

4.2.1 ผู้รับจ้างต้องมีความสามารถ ความชำนาญ หรือมีประสบการณ์ในการประกอบอาหาร เป็นผู้มีความซื่อสัตย์และพฤติกรรมบริการที่ดี และต้องประพฤติตนตามระเบียบหรือเงื่อนไขที่โรงเรียนกำหนด โดยเคร่งครัด

4.2.2 จัดหาเจ้าหน้าที่มาปฏิบัติงานโดยแยกตามหน้าที่ ประกอบด้วย

ที่	ตำแหน่ง	จำนวน (คน)	หมายเหตุ
1	แม่ครัว	2	จะต้องเป็นไปตามร่าง TOR ข้อ 3 คุณสมบัติของผู้ยื่นข้อเสนอ ตามข้อ 3.15
2	ผู้ช่วยแม่ครัว	4	
3	เจ้าหน้าที่บริการอาหาร	4	
4	เจ้าหน้าที่ทำความสะอาด	1	
รวม		11	

4.2.3 จัดทำทะเบียนประวัติของเจ้าหน้าที่ โดยติดรูปถ่ายหน้าตรงไม่สวมหมวก ขนาด 2 นิ้ว 1 รูป พร้อมสำเนาบัตรประจำตัวประชาชน สำเนาทะเบียนบ้าน พร้อมเอกสารการตรวจสุขภาพ จำนวน 1 ชุด ภายใน 15 วัน นับถัดจากวันเริ่มสัญญาจ้าง และทุกครั้งที่มีการเปลี่ยนเจ้าหน้าที่ใหม่

4.2.4 เจ้าหน้าที่ต้องสวมเครื่องแต่งกายเหมาะสมและสะอาด เช่น สวมชุดสุภาพ รองเท้าหุ้มส้น ผ่ากันเปื้อน ผ้าปิดปาก-ปิดจมูก และหมวกคลุมศีรษะ ทุกครั้งที่สัมผัสอาหารและให้บริการ

4.2.5 ผู้รับจ้างต้องทำความสะอาดสถานที่ปรุงอาหาร สถานที่ให้บริการอาหาร และการดูแลการให้บริการน้ำดื่ม ตลอดจนการทำมาความสะอาดเครื่องทำน้ำเย็นและดูแลระบบกรองน้ำของเครื่องทำน้ำเย็นตลอดระยะเวลาการให้บริการ รวมถึงการกำจัดขยะมูลฝอยและเศษอาหารในสถานประกอบอาหารและสถานที่บริการให้สะอาดและเรียบร้อยถูกสุขลักษณะ

// 4.2.6 ผู้รับจ้างต้องได้รับ

4.2.6 ผู้รับจ้างต้องได้รับการตรวจประเมินด้านสุขาภิบาลอาหารและน้ำดื่มรวมทั้งคุณภาพมาตรฐานโรงอาหาร (บริเวณโดยรอบ เครื่องมืออุปกรณ์ สุขลักษณะการประกอบอาหาร สุขลักษณะส่วนบุคคล และการดูแลสถานประกอบอาหาร) จากสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ เดือนละ 1 ครั้ง เพื่อคุ้มครองผู้บริโภคที่เป็นนักเรียนให้ได้รับประทานอาหารที่สะอาดและปลอดภัย

4.2.7 ผู้รับจ้างต้องประกอบอาหารที่มีคุณภาพและมีคุณค่าทางโภชนาการสำหรับนักเรียน โดยมีตัวแทนผู้รับจ้าง และคณะกรรมการตรวจรับพัสดุหรือเจ้าหน้าที่โภชนาการของโรงเรียนร่วมตรวจสอบทุกมื้อ ก่อนการบริการอย่างน้อย 15 นาที

4.2.8 ผู้รับจ้างต้องประกอบอาหารตามรายการที่โรงเรียนกำหนด

4.2.9 หากผู้รับจ้างมีเหตุที่ทำให้ไม่สามารถดำเนินการตามรายการอาหารที่โรงเรียนกำหนด ต้องแจ้งให้โรงเรียนทราบเป็นลายลักษณ์อักษรล่วงหน้าอย่างน้อย 2 วัน

4.2.10 หากโรงเรียนมีการเปลี่ยนแปลงรายการอาหาร โรงเรียนจะแจ้งให้ผู้รับจ้างทราบล่วงหน้าอย่างน้อย 2 วัน

4.3 ข้อกำหนดในการประกอบอาหารและการให้บริการ

4.3.1 กำหนดการให้บริการ

มื้ออาหาร	รายการอาหาร	ช่วงเวลาที่บริการ
มื้อเช้า	ตามภาคผนวก 1	06.30 น. – 08.00 น.
มื้อเที่ยง	ตามภาคผนวก 1	11.00 น. – 13.00 น.
มื้อเย็น	ตามภาคผนวก 1	18.00 น. – 19.30 น.

หมายเหตุ เวลาในการรับประทานอาหาร ทางโรงเรียนอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสมและจะแจ้งให้ผู้รับจ้างทราบล่วงหน้า

4.3.2 การขนย้ายและจัดวางอาหาร ต้องดำเนินการด้วยความระมัดระวังและปลอดภัย โดยต้องปิดฝาภาชนะให้มิดชิด สะอาด และถูกสุขลักษณะ

4.3.3 การบริการอาหารสำหรับนักเรียนต้องเป็นไปตามที่โรงเรียนกำหนด ดังนี้

- จัดเตรียมอุปกรณ์สำหรับรับประทานอาหาร เช่น ช้อน-ส้อม ตะเกียบ จานหรือ ถาดหลุม ถ้วย แก้วน้ำ และต้องทำความสะอาดให้ถูกหลักสุขอนามัย

- ผ้าเช็ดทำความสะอาดอุปกรณ์จะต้องเป็นผ้าฝ้ายและต้องทำความสะอาดทุกวัน

- น้ำที่ใช้สำหรับประกอบอาหารจะต้องผ่านการกรองที่ถูกสุขลักษณะ

- การบริการอาหารสำหรับนักเรียนที่นับถือศาสนาอิสลาม ให้ดำเนินการดังนี้

(1) แยกภาชนะที่ใช้ประกอบอาหาร และอุปกรณ์สำหรับการรับประทานอาหาร

ให้ชัดเจน เป็นสัดส่วน

(2) อาหารต้องสะอาดและถูกลักษณะตามหลักศาสนาอิสลาม

4.3.4 วัตถุดิบที่นำมาประกอบอาหาร ต้องเป็นไปตามที่โรงเรียนกำหนด ดังนี้

(1) เนื้อสัตว์ ต้องสด ไม่มีกลิ่นเหม็น และไม่มีมันปนมากเกินไป และเป็นเนื้อจากโรงฆ่าสัตว์ที่ได้รับอนุญาตจากหน่วยงานที่เชื่อถือได้ และได้รับการตรวจสอบว่าปลอดภัยไม่มีโรค

(2) ผลไม้ ต้องใหม่สด มีคุณภาพดี ไม่มีสารเคมีและยาฆ่าแมลงปนเปื้อน

(3) ผัก ต้องใหม่สด มีคุณภาพดี ไม่มีสารเคมีและยาฆ่าแมลงปนเปื้อน

// (4) อาหารสำเร็จรูป

(4) อาหารสำเร็จรูป เครื่องปรุง น้ำและนม ต้องไม่หมดอายุ ไม่มีสารพิษที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย และมีฉลากบอกวันผลิต วันหมดอายุ

(5) น้ำมันที่นำมาประกอบอาหารจะต้องไม่นำมาประกอบอาหารซ้ำในครั้งต่อไป

(6) ข้าวที่นำมาหุงหรือนึ่งต้องมีคุณภาพดี เมื่อหุงหรือนึ่งออกมาแล้ว จะต้องไม่อ่อนหรือแข็งเกินไป

(7) ไข่ที่นำมาประกอบอาหารต้องมีคุณภาพดี กรณีใช้ไข่ไก่ในการทำไข่ดาว ไข่ต้ม ไข่ลูกเขยหรือไข่พะโล้ ต้องใช้ไข่เบอร์ 0 (ศูนย์) เท่านั้น

(8) ปริมาณของนมที่นำมาให้บริการ มีรายละเอียดต่อหน่วย ดังนี้

- | | |
|----------------|---------------------|
| - นมถั่วเหลือง | ไม่น้อยกว่า 200 มล. |
| - นมเปรี้ยว | ไม่น้อยกว่า 180 มล. |
| - นมจืด | ไม่น้อยกว่า 200 มล. |
| - นมหวาน | ไม่น้อยกว่า 200 มล. |
| - นมช็อกโกแลต | ไม่น้อยกว่า 200 มล. |

4.3.5 สถานที่ประกอบอาหารและบริเวณที่ให้บริการอาหาร ให้ใช้สถานที่ที่โรงเรียนจัดให้

4.3.6 ในกรณีที่มีการเปลี่ยนแปลงยอดจำนวนนักเรียน เช่น นักเรียนเดินทางไปแข่งขันกีฬา หรือทำกิจกรรมนอกสถานที่ให้พิจารณา ดังนี้

- กรณีที่โรงเรียนพิจารณาแล้วสามารถให้ผู้รับจ้างจัดอาหารตามรายการอาหารได้ ให้ผู้รับจ้างจัดอาหารตามรายการอาหาร (กล่อง) ประกอบด้วย นม ขนาดไม่น้อยกว่า 200 มล. และน้ำดื่มขวด ขนาดไม่น้อยกว่า 350 มิลลิลิตร ทั้งนี้ รายการอาหารสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

- กรณีที่โรงเรียนพิจารณาแล้วไม่สามารถให้ผู้รับจ้างจัดอาหารตามรายการอาหารได้ ให้โรงเรียนแจ้งยอดนักเรียนดังกล่าวให้ผู้รับจ้างทราบ เพื่อลดปริมาณการประกอบอาหาร ทั้งนี้ โรงเรียนต้องแจ้งยอดนักเรียนดังกล่าวให้ผู้รับจ้างทราบล่วงหน้าอย่างน้อย 2 วัน

4.3.7 โรงเรียนจะจ่ายเงินค่าอาหารตามจำนวนนักเรียนที่มีอยู่จริงในแต่ละวัน (ยกเว้นบางวันให้คิดเป็นมือ เนื่องจากในแต่ละมือในวันนั้นมีจำนวนนักเรียนไม่เท่ากัน)

5. การตรวจรับพัสดุ

คณะกรรมการตรวจรับพัสดุ สามารถตรวจสอบคุณภาพอาหารได้ตลอดกระบวนการประกอบอาหารและทุกเวลา โดยมีเกณฑ์การตรวจรับ ดังนี้

5.1 อาหารต้องเป็นไปตามรายการอาหารที่กำหนด และเพียงพอต่อความต้องการของนักเรียน

5.2 ลักษณะการประกอบอาหาร ถูกต้องตามหลักสุขาภิบาลอาหาร และไม่มีสิ่งแปลกปลอมในอาหาร เช่น เส้นผม แมลง ยางรัดของ ฯ เป็นต้น

5.3 การให้บริการของผู้รับจ้าง เป็นไปตาม ข้อ 4.3.3

6. เงื่อนไขอื่น ๆ

6.1 สถานที่ประกอบอาหารให้ใช้โรงอาหารของโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษหรือสถานที่ที่ทางโรงเรียนกำหนด

6.2 กรณีผู้รับจ้างยืมครุภัณฑ์ วัสดุงานบ้านงานครัวของโรงเรียนใช้ระหว่างการประกอบอาหารตามสัญญา โรงเรียนจะจัดทำบัญชีครุภัณฑ์ วัสดุงานบ้านงานครัวให้กับผู้รับจ้าง และเมื่อสิ้นสุดสัญญา ผู้รับจ้างจะต้องส่งคืนให้โรงเรียน หากพบว่าชำรุดเสียหาย หรือสูญหาย จะต้องรับผิดชอบโดยซ่อมแซมหรือเปลี่ยนให้ใหม่โดยค่าใช้จ่ายของผู้รับจ้างเอง





// 6.3 ค่าใช้จ่ายด้านสาธารณูปโภค

6.3 ค่าใช้จ่ายด้านสาธารณูปโภคที่เกี่ยวกับการประกอบอาหาร ผู้รับจ้างจะต้องรับผิดชอบทั้งหมด เช่น ค่าน้ำ ค่าไฟฟ้า โดยผู้รับจ้างต้องให้ความร่วมมือกับโรงเรียนในการประหยัดพลังงานไฟฟ้าตามมติ คณะรัฐมนตรี และตามนโยบายของโรงเรียน

6.4 การบำรุงรักษา การซ่อมแซม สถานที่ประกอบอาหารอันเนื่องมาจากการใช้งานของผู้รับจ้าง ต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายดังกล่าว

6.5 ผู้รับจ้างต้องดูแล บำรุงรักษา ซ่อมแซม เครื่องทำน้ำดื่มของโรงเรียน ให้ความสะอาดและ ปลอดภัย กรณีเครื่องทำน้ำดื่มไม่สามารถใช้งานได้ ผู้รับจ้างต้องจัดหาน้ำดื่มให้กับนักเรียนด้วย

6.6 สถานที่ประกอบอาหาร สถานที่รับประทานอาหารและบริเวณโดยรอบ วัสดุ อุปกรณ์ต้อง ถูกสุขลักษณะตามมาตรฐานด้านสุขาภิบาลอาหาร ตามที่กรมอนามัยกำหนด รายละเอียด (ตามภาคผนวก 3)

6.7 ผู้รับจ้างต้องให้ความร่วมมือในการพัฒนาสิ่งแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกอาคารให้สะอาด เรียบร้อย ปลอดภัย

6.8 หากเกิดอหิวาต์จากความประมาทเลินเล่อของผู้รับจ้างหรือลูกจ้าง ในการใช้สถานที่ผู้รับจ้าง ต้องรับผิดชอบทุกกรณี

6.9 กรณีที่นักเรียนเกิดความผิดปกติ จากการรับประทานอาหารที่ผู้รับจ้างให้บริการ หาก ตรวจสอบแล้วพบว่าเกิดจากอาหารที่ผู้รับจ้างให้บริการ ผู้รับจ้างต้องรับผิดชอบทุกกรณี

6.10 ผู้ชนะการเสนอราคา ต้องแสดงวิธีการคิดคำนวณราคาที่เสนอ ต่อคน/ต่อมือ/ต่อวัน โดยต้องยื่นต่อโรงเรียนก่อนลงนามในสัญญา (ตามภาคผนวก 2)

7. ระยะเวลาการส่งมอบ

ภายใน 150 วัน นับถัดจากวันลงนามในสัญญาจ้างหรือวันที่ได้รับหนังสือแจ้งจากโรงเรียน ให้เริ่มทำงาน

8. วงเงินในการจัดหา

ในการจัดหาครั้งนี้ใช้งบประมาณจากงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ.2565 เป็นเงิน 6,840,000.-บาท (หกล้านแปดแสนสี่หมื่นบาทถ้วน) (ใส่ให้ตรงราคากลางที่คำนวณได้) ราคากลางเป็นเงิน 6,840,000.-บาท (หกล้านแปดแสนสี่หมื่นบาทถ้วน)

9. หลักเกณฑ์และสิทธิในการพิจารณา

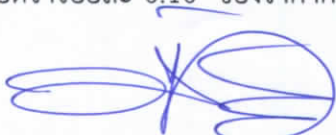
ในการพิจารณาผลการยื่นข้อเสนอประกวดราคาอิเล็กทรอนิกส์ครั้งนี้ โรงเรียนจะพิจารณาตัดสิน โดยใช้หลักเกณฑ์ราคา

10. ค่าปรับ

ค่าปรับตามแบบสัญญาจ้างแนบท้ายเอกสารประกวดราคาอิเล็กทรอนิกส์นี้ หรือข้อตกลงจ้างเป็น หนังสือจะกำหนด ดังนี้

10.1 กรณีที่ผู้รับจ้างนำงานที่รับจ้างไปจ้างช่วงให้ผู้อื่นทำอีกทอดหนึ่งโดยไม่ได้รับอนุญาต จากโรงเรียนจะกำหนดค่าปรับสำหรับการฝ่าฝืนดังกล่าวเป็นจำนวนร้อยละ 10 ของวงเงินของงานจ้างช่วงนั้น

10.2 กรณีที่ผู้รับจ้างปฏิบัติผิดสัญญาจ้างนอกเหนือจากข้อ 10.1 จะกำหนดค่าปรับเป็นรายวัน ในอัตราร้อยละ 0.10 ของราคาค่าจ้าง





11. การปฏิบัติตามสัญญา

11. การปฏิบัติตามสัญญาและข้อกำหนดของโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ


เนื่องจากโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ เป็นโรงเรียนที่มุ่งเน้นในความเป็นเลิศด้านกีฬา จึงแตกต่างจากโรงเรียนอื่น จำเป็นต้องมีการควบคุมเป็นพิเศษ ดังนั้นผู้ที่ชนะการเสนอราคาและได้ทำสัญญากับโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ ต้องปฏิบัติตามสัญญาและข้อกำหนดของโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ อย่างเคร่งครัด

ในกรณีที่ไม่เป็นไปตามสัญญาและข้อกำหนดของโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ ผู้รับจ้างต้องดำเนินการแก้ไขทันที โดยโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ จะดำเนินการดังนี้


(1) ว่ากล่าวตักเตือนด้วยวาจา จำนวน 1 ครั้ง

(2) หากว่ากล่าวตักเตือนด้วยวาจาแล้ว ไม่ดำเนินการแก้ไขจะว่ากล่าวตักเตือนเป็นลายลักษณ์อักษร

(3) หากว่ากล่าวตักเตือนเป็นลายลักษณ์อักษร จำนวน 3 ครั้งแล้ว ยังไม่ปฏิบัติตามโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษจะใช้ดุลพินิจในการบอกเลิกสัญญาและแจ้งเป็นผู้ทำงานต่อไป

ลงชื่อ  ประธานกรรมการ
(นายมานพ โพธิ์พันธุ์)

ลงชื่อ  กรรมการ
(นางทักษิณา นากา)

ลงชื่อ  กรรมการ
(นางสาวอภิขยา หอมรวง)

ภาคผนวก 1

ตารางรายการอาหารโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ

ประจำเดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2565

วัน/เดือน/ปี	มือเช้า	มือกลางวัน	อาหารว่าง	มือเย็น
พุธที่ 4 พ.ศ.65	- ข้าวสวย - ไข่พะโล้หมูสามชั้น (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ผัดเผ็ดไก่ใส่ใบยี่หระ - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกงกะทิฟักทองใส่ไก่ - ท่อหมกหมู (2 ท่อ/คน) - ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำโเบเตย - ขนมปังปังเนย น้ำตาล (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงส้มปลานิล - ผัดเปรี้ยวหวานไก่ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พฤหัสบดีที่ 5 พ.ศ. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดตำลึงแครอทใส่หมูบะช่อ - คะน้าหมูกรอบ - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - หมูชิ้นผัดพริกไทยดำ - สาकुเปียกข้าวโพดน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำลำไย - ขนมปังทาแยม สตรอปเบอร์รี่ (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงเผ็ดน่องไก่ใส่ฟัก - ผัดกะหล่ำดอกใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
ศุกร์ที่ 6 พ.ศ. 65	- ข้าวสวย - พะแนงไก่ - ไก่ชิ้นผัดตะไคร้ - ขนมชั้น (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มยำกุ้งน้ำข้นใส่กะทิ - ผัดอกไก่ใส่บร็อกโคลี่/แครอท - ถั่วเขียวต้มน้ำตาล - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำมะตูม - ขนมปังหน้า หมูหยองพริกเผา (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มจืดแตงกวายัดไส้ - ไก่ผัดขิงเห็ดหูหนู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 7 พ.ศ. 65	- ข้าวขาหมู + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + ยอดคะน้าอ่อนลวก - น้ำซุปรกระดูกหมู+ฟัก - แเค้กส้ม+เค้กโเบเตยชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- กวยเตี๋ยวน้ำข้นหมู + น่องไก่ตุ๋น - บัวลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำโเบเตย - ขนมปังทา แยมสับปะรด (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงคั่วไก่ชิ้น - ผัดพริกแกงถั่วฝักยาวใส่หมู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อาทิตย์ที่ 8 พ.ศ. 65	- ข้าวมันไก่ต้ม + หมูยอทอด + แดงกวา/ ต้นหอม - น้ำซุปรกระดูกหมู + หัวไชเท้า - ขนมใส่ไส้ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- สปาเกตตี้หมู + เฟรนช์ฟรายส์ + แอม + ฮอทดอก - เต้าส่วน+ปาต่องไก่กรอบ (2 ชิ้น/คน) - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแกงฮาย - ขนมปังไส้สังขยา (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - ผัดเปรี้ยวหวานหมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 9 พ.ศ. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดหน่อไม้สดใส่หมูชิ้น - ไข่เจียวทรงเครื่อง - แเค้กกล้วยหอมชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกงคั่วฟักไก่ - น้ำตกหมู+ผักสด - เฉาก้วยนมสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำเขียว - ขนมปังแยมโรล (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงส้มแป๊ะชะใส่ปลานิลทอด - ผัดพริกแกงถั่วฝักยาวใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 10 พ.ศ. 65	- ข้าวสวย - แกงเขียวหวานฟักใส่น่องไก่ - ผัดเผ็ดหมูชิ้น - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มยำอกไก่ใส่เห็ด - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ครองแครงน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแดง - ขนมปังหน้านมข้น (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงเปรอะหน่อไม้ใส่หมูสามชั้น - นึ่งปลานิล + น้ำพริก + ผักลวก - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

<p>พุธที่ 11 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ไข่พะโล้ขาหมู (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ผัดโป๊ยเซียนใส่หมูชิ้น - ขนมจีบ (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงลาวพริกทองใส่หมู - น่องไก่ชุบแป้งทอด (4 น่อง/คน) - รวมมิตรน้ำกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นมเย็น - ขนมปังหน้าสังขยา (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะแนงหมู - ไข่เจียวทรงเครื่อง - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>พฤหัสบดีที่ 12 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - น่องไก่ตุ๋นเห็ดหอม - ผัดเผ็ดปลาตุ๋นทอด - ข้าวเหนียวสังขยา (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดเต้าหู้สาหร่ายหมูบะช่อ - ลาบหมู + ผักสด - สาकुเปี้ยกั้วดำ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังหน้าเนยนม (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงอ่อมไก่ชิ้น - หมูทอดกระเทียม - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>ศุกร์ที่ 13 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงจืดแตงกวายัดไส้หมูสับ - ผัดพริกแกงหมูชิ้นใส่ถั่วพิกยาว - ขนมกะทรีพับลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิพริกทองใส่ไก่ - ผัดดอกกะหล่ำใส่หมูชิ้น - ข้าวเหนียวถั่วดำ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ามะตูม - ขนมปังไส้หมูหยอง (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรทะเล (กุ้งสด, ปลาหมึก, หอยแมลงภู่, หมูชิ้น, ปลา) - ไข่ทอดกระเทียมพริกไทย - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>เสาร์ที่ 14 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ผัดพริกแกงหมูชิ้น - ไข่ดาว (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นมะระ+น่องไก่+ข้าวไก่+เลือด (เส้นเล็ก/เส้นหมี่ขาว/เส้นใหญ่) - ขนมเปียกปูนกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นมเย็น - ขนมคุกกี้นเนยสด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงส้มผักกระเฉดใส่ปลานิลทอด - ไข่ผัดตะไคร้ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อาทิตย์ที่ 15 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวพริกแกงหน่อไม้สดใส่หมูชิ้น + ไข่ดาว (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - น้ำซุปลกระดุกหมู + ผัก - ขนมจีบ (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - เส้นหมี่ผัดซีอิ้วหมูชิ้น + หมูยอทอด - น้ำซุปลกระดุกหมู + พริก - ลอดช่องแดงไทย - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมคุกกี้อุดไส้สับปะรด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำขาหมู - ปีกบนไก่กระเทียมพริกไทย (4 ปีก/คน) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>จันทร์ที่ 16 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะแนงหมู - น่องไก่ทอดกระเทียม (4 น่อง/คน) - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำไก่ใส่เห็ดนางฟ้า - ผัดพริกแกงหมูใส่ถั่วพิกยาว - ถั่วเขียวต้มน้ำตาล - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังปังเนยน้ำตาล (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดตำลึงหมูสับ+เลือด - ลูกชิ้นเนื้อผัดโหระพา - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อังคารที่ 17 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - หมูสับผัดพริกแกง - ไข่เจียวทรงเครื่อง - ขนมชั้น (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดพริกใส่น่องไก่ - ลาบไก่ + ผักสด - กลัวย่น้ำว่าเชื่อมกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแดง - ขนมปังทาแยมสตรอเบอร์รี่ (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิวันเส้นใส่ไก่ชิ้น - ผัดฉ่าปลาตุ๋นทอด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

<p>พุธที่ 18 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ไข่พะโล้หมูสามชั้น (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - สะโพกไก่หนึ่งตะไคร้ + น้ำจิ้มซีฟู้ด - ขนมเค้กกล้วยหอมชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงอ่อมเนื้อ - ผัดผักรวมมิตรใส่หมูชิ้น - บวชผักทอง - นมช็อคโกแลต - ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังหน้าหมูหยองพริกเผา (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรทะเลน้ำข้นใส่กะทิ - ผัดผักทองใส่ไข่ใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>พฤหัสบดีที่ 19 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - เกาเหลาเลือดหมูใส่หมูชิ้น - น่องไก่ทอดกระเทียม (4 ชิ้น/คน) - ขนมใส่ไส้ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงป่าไก่ - ผัดโป๊ยเขียนใส่หมูชิ้น - กล้วยบวชชี - นมช็อคโกแลต - ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจียบ - ขนมปังแยมโรล (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ไข่พะโล้หมู+ไข่ (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ลาบบลานิล + ผักสด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>ศุกร์ที่ 20 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงจืดสาหร่ายเต้าหู้ไข่ใส่หมูบะช่อ - ไข่เจียวทรงเครื่อง - รุ้นกะทิ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มส้มปลาทูด - ไก่ผัดขิงใส่เห็ดหูหนู - ทับทิมกรอบ - นมช็อคโกแลต - ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำมะตูม - ขนมปังไส้สังขยา (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบไก่ - กะเพราหมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>เสาร์ที่ 21 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเขียวหวานหมู - ผัดเผ็ดไก่ใส่ใบยี่หระ - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - สपाเก็ตตี้ซอสมะเขือเทศหมูสับ + เฟรนฟาย+แอม (2 ชิ้น/คน) + ฮอทดอก (2 ชิ้น/คน) + ไข่ดาว - น้ำซุปรดกหมู - ลอดช่องสิงคโปร์ - นมช็อคโกแลต - ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังทาแอม สับปะรด (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิผักทองใส่ไก่ชิ้น - คะน้าหมูกรอบ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อาทิตย์ที่ 22 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวไข่เจียวหมูสับ+กุนเชียงทอด + แดงกวา - น้ำซุปรดกหมู+หัวไชเท้า - ขนมจีบ (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ราดหน้าเส้นหมี่หมู+หมูยอทอด - ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต - ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแกงฮาย - ขนมปัง+นมข้น (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำปลาทาบทิมน้ำใส - ผัดเปรี้ยวหวานหมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>จันทร์ที่ 23 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวขาหมู + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + คะน้าลาว - ข้าวเหนียวสังขยา (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิผักทองใส่ไก่ - ห่อหมกปลาตูด (2 ห่อ/คน) - สาคุเปียกข้าวโพดน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต - ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำใบเตย - ขนมปัง + สังขยา (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำรวมหมู+หมึก + หอย + กุ้ง (ทะเล) - เต้าหู้ไข่ใส่หมูสับผัดน้ำมันหอย - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อังคารที่ 24 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงอ่อมหมูชิ้น - ผัดอกไก่ใส่บร็อคโคลี่/แครอท - ขนมกะหรี่ปั๊บลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - สะโพกไก่หนึ่งตะไคร้+น้ำจิ้มซีฟู้ด - ฉาก้วยนมสด - นมช็อคโกแลต - ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแดง - ขนมปังหน้าเนยนม (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงหน่อไม้สดใส่ไก่ - ปลาตูดทอดผัดพริกแกง - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

<p>พุธที่ 25 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะแนงไก่ - หมูชิ้นผัดพริกไทยดำ - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดสาหร่ายเต้าหู้ไข่หมูสับ - น้ำตกหมู + ผักสด - เต้าส่วน+ปาต่องไก่กรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังไส้หมูหยอง (1 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบน่องไก่ - ท่อหมกหน่อไม้สดใส่หมู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>พฤหัสบดีที่ 26 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มส้มปลานิล - กระดุกหมูอ่อนผัดตะไคร้ - ขนมปังไส้สังขยาชิ้นใหญ่ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงคั่วฟักไก่ - ลาบปลาดุก + ผักสด - บัวลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นมเย็น - ขนมคุกกี้นายสด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดตำลึงใส่หมูบะซ้อ+เต้าหู้ - ผัดเห็ดฟางหน่อไม้ฝรั่งใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>ศุกร์ที่ 27 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงจืดแครอทหัวไชเท้าหมูบะซ้อ - ผัดพริกแกงหมูกรอบใส่ถั้วพักยา - ขนมชั้น (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิหมูใส่วุ้นเส้น - ทอดมันปลาทราย(คนละ 5 ชิ้น) - กลัวยาวชชี - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมคุกกี้อวดไส้ สับปะรด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจับฉ่ายน่องไก่ - ปลาตุ๋นทอด 3 รส - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>เสาร์ที่ 28 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิหมูใส่มะเขือ - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ขนมเค้กกล้วยหอมชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นมะระ+น่องไก่+ ข้าวไก่+เลือด (เส้นเล็ก/เส้นหมี่ขาว/เส้นใหญ่) - เฉาก้วย - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังปังเนย น้ำตาล (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรทะเล (กุ้งสด, ปลาหมึก, หอยแมลงภู่, หมูชิ้น, ปลา) - ไก่ผัดขิงใส่เห็ดหูหนู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อาทิตย์ที่ 29 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - หมูสับผัดพริกเกลือ - ไข่ขี้ทรงเครื่อง - ขนมไส้ไส้ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวมันไก่+หมูยอทอด+น้ำซุบ - ลอดช่องสิงคโปร์ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังทาแยม สตรอเบอร์รี่ (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำปลานิล - ผัดฟักทองหมูใส่ไข่ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>จันทร์ที่ 30 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ไข่พะโล้หมูสามชั้น (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - กระเพราหมูตุ๋น - วุ้นกะทิ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิฟักทองใส่ไก่ - หมูทอดกระเทียม - ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังหน้า หมูหยอง พริกเผา (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดฟักทองใส่ไก่ - น้ำพริกกะปิปลาทุทอด+ ผักลวก - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อังคารที่ 31 พ.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบกระดุกหมูอ่อน - เต้าหู้ไข่ใส่หมูสับผัดน้ำมันหอย - ซาลาเปาใส่หมูสับลูกใหญ่ (1 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดหน่อไม้สดใส่หมูชิ้น - สะโพกไก่นึ่งตะไคร้ + น้ำจิ้มซีฟู้ด - สาเกเปียกข้าวโพดน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังแยมโรล (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบหมูตุ๋น - ผัดผักรวมมิตรใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

ตารางรายการอาหารโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ
ประจำเดือน มิถุนายน พ.ศ. 2565

วัน/เดือน/ปี	มือเช้า	มือกลางวัน	อาหารว่าง	มือเย็น
พุธที่ 1 มิ.ย. 65	- ข้าวสวย - เกาเหลาหมูชิ้น + ตับหมู - น่องไก่ชุบแป้งทอด (4 ชิ้น/คน) - ขนมจีบ (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกงกะทิวันเส้นใส่ไก่ชิ้น - ผัดเห็ดเข็มทองกุ้งสดใส่หมูสับ - เฉาก๊วยนมสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำเขียว - ขนมปังไส้สังขยา (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มยำขาหมู - ผัดพริกแกงถั่วฝักยาวใส่ หมูสามชั้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พฤหัสบดีที่ 2 มิ.ย. 65	- ข้าวสวย - แกงเขียวหวานหมู - กุนเชียงทอด + ฮอตดอก + ไข่ดาว - ข้าวเหนียวสังขยา (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกงกะทิวันเส้นใส่ไก่ชิ้น - กะเพราไก่ - เต้าส่วน + ปาท่องโก๋กรอบ (2 ชิ้น/คน) - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแกงฮอย - ขนมปังทาแยม สับปะรด (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงส้มปลานิล (ชิ้น) - ลาบหมู + ผักสด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
ศุกร์ที่ 3 มิ.ย. 65	- ข้าวสวย - ไข่พะโล้หมูสามชั้น (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - คะน้าหมูกรอบ - ขนมกะหรี่ปั๊บนึ่ง (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มส้มปลาหูสด - หมูหวาน - บัวลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำใบเตย - ขนมปัง + นมข้น (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงเผ็ดน่องไก่ใส่ผัก (4 น่อง/คน) - ผัดวันเส้นแครอทใส่หมูชิ้นใส่ไข่ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 4 มิ.ย. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดตำลึงใส่หมูบะช่อ+เต้าหู้ไข่ - หมูชิ้นผัดตะไคร้ - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- มาล่าผัดซีเมารวมทะเล + เฟรนฟาย + แสม (2 ชิ้น/คน) + ไข่ดาว + ฮอตดอก (2 ชิ้น/คน) - น้ำซุปรอกคูกหมู - รวมมิตรน้ำกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแดง - ขนมปัง+สังขยา (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงอ่อมหมูชิ้น - ปลานิลนึ่ง+ผักลวก+น้ำจิ้มซีฟู้ด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อาทิตย์ที่ 5 มิ.ย. 65	- ข้าวขาหมู + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + คะน้าลวก + น้ำจิ้ม - น้ำซุปรอกคูกหมู + ฟัก - ซาลาเปาหมูสับลูกใหญ่ (1ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ราดหน้าหมี่กรอบหมู - เกี้ยวน้ำหมูชิ้น - หมูยอทอด - ครองแครงน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำลำไย - ขนมปังหน้า เนยนม (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรทะเล (กุ้งสด, ปลาหมึก, หอยแมลงภู่, หมูชิ้น, ปลา) - ปีกบนไก่ทอดกระเทียมพริกไทย (4 ชิ้น/คน) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 6 มิ.ย. 65	- ข้าวสวย - แกงจืดแครอทหัวไชเท้าใส่หมูบะช่อ - คะน้าหมูกรอบ - ขนมชิ้น (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - พะแนงไก่ - กระจกหมูอ่อนผัดตะไคร้ - สาเกเปียกถั่วดำ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- นมเย็น - ขนมปัง ไส้หมูหยอง (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มจืดสาหร่ายเต้าหู้ไข่ใส่หมูสับ - ไก่ชิ้นผัดขิงเห็ดหูหนู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

อังคารที่ 14 มิ.ย. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิผักทองใส่หมูชิ้น - ไข่ผัดตะไคร้ - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำไก่ น้ำข้น - ผัดกุยช่ายขาวหมูกรอบ - ทับทิมกรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นมเย็น - ขนมปังทาแยม - สับปะรด (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะแนงไก่ - หมูผัดพริกไทยดำ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พุธที่ 15 มิ.ย. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - ห่อหมกหมู (2 ห่อ/คน) - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำไก่ใส่เห็ดนางฟ้า - กระเพราหมูตุ๋น - ลอดช่องสิงคโปร์ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจียบ - ขนมปัง+นมข้น (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำขาหมู - ผัดผักทองหมูชิ้นใส่ไข่ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พฤหัสบดีที่ 16 มิ.ย. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดมะเขือเปราะใส่หมูชิ้น - หมูทอดกระเทียม - ขนมชั้น (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรน้ำข้นใส่กะทิ - หมูชิ้นผัดโหระพา - ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำมะตูม - ขนมปัง + สังขยา (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - น้ำพริกปลาทุ+ปลาทุทอด+ผักลวก - น่องไก่ น้ำแดง (4 น่อง/คน) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
ศุกร์ที่ 17 มิ.ย. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ไข่พะโล้หมูสามชั้น (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ผัดกระเพราไข่เยี่ยวม้า - แคกกล้วยหอมชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดวันเส้นใส่ไก่ - กุนเชียงทอด + หมูยอตทอด - สาकुเปียกข้าวโพดน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังหน้าเนยนม (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดวันเส้นสาหร่ายเต้าหู้ไข่หมูสับ - ลาบปลานิล + ผักสด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 18 มิ.ย. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - น่องไก่ทอด+ฮอตดอก (4 ชิ้น/คน) - ขนมใส่ไส้ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวมันไก่ทอด + หมูยอตทอด + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + กุนเชียงทอด + แดงกวา - น้ำซूपกระดูกหมู + ฟัก - เฉากวายนมสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแกงฮอย - ขนมปังไส้หมูหยอง (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงคั่วผักไก่ - ผัดวันเส้นหมูชิ้นใส่ไข่ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อาทิตย์ที่ 19 มิ.ย. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวหมูแดง + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + กุนเชียงทอด + แดงกวา/ต้นหอม - น้ำซूपกระดูกหมูอ่อน - แคกส้ม+ใบเตยชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - กระเพาะปลาทรงเครื่อง + น่องไก่ + เส้นหมี่ + หมูยอตทอด - เต้าส่วน + ปาท่องโก๋กรอบ (2 ชิ้น/คน) - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำใบเตย - ขนมคุกกี้นายสด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดหมูชิ้นมะเขือเปราะ - ผัดเปรี้ยวหวานไก่ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 20 มิ.ย. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงจืดสาหร่ายเต้าหู้ไข่ใส่หมูสับ - น่องไก่ น้ำแดง - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิหมูใส่วันเส้น - ทอดมันหมู - บัวลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแดง - ขนมคุกกี้ออดไส้ - สับปะรด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำขาหมู - ผัดฉ่าปลาตุ๋น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

<p>อังคารที่ 21 มิ.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเขียวหวานหมู - ผัดเผ็ดไก่ใส่ใบยี่ห่วย - ขนมจีบ (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดน่องไก่ใส่ผัก (4 น่อง/คน) - ไข่เจียวหมูสับ - บัวลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังปังเนย - น้ำตาล (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะโล้หมูตุ๋น - คั่วกลิ้ง + ผักสด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>พุธที่ 22 มิ.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงอ่อมเนื้อ - ผัดดอกไก่ใส่บร็อคโคลี่/แครอท - ข้าวเหนียวสังขยา (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิฟักทองใส่หมูชิ้น - น่องไก่ชุบแป้งทอด (4 น่อง/คน) - ครองแครงน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นมเย็น - ขนมปังทาแยม - สตรอเบอร์รี่ 2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำปลาทุสด - หมูหวาน - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>พฤหัสบดีที่ 23 มิ.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะแนงไก่ - หมูผัดพริกไทยดำ - ขนมกะหรี่ปั๊บลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงคั่วพริกกระดุกหมูอ่อน - น้ำตักหมู + ผักสด - รวมนมิตร์น้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังหน้า หมูหยองพริกเผา (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำน่องไก่ (4 น่อง/คน) - ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>ศุกร์ที่ 24 มิ.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มเลือดหมู + หมูชิ้น - คะน้าหมูกรอบ - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดหมูชิ้นใส่ฟักทอง - ไข่เจียวหมูสับ - สาอูเปียกถั่วดำ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้้ามะตูม - ขนมปังแยมโรล (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจับฉ่ายน่องไก่ (4 น่อง/คน) - ผัดพริกแกงหน่อไม้สดใส่หมูกรอบ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>เสาร์ที่ 25 มิ.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - สปาเก็ตตี้ซอสมะเขือเทศหมูสับ + เฟรนฟาย + แยม (2 ชิ้น/คน) + ฮอทดอก (2 ชิ้น/คน) + ไข่ดาว - น้ำซุปรกระดูกหมู - เด็กกล้วยหอมชิ้นใหญ่ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวมันไก่ต้ม + แดงกวาง - ไก่จ้อ (3 ชิ้น/คน) - น้ำซุปรกระดูกหมู - ข้าวเหนียวถั่วดำ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเชียว - ขนมปังไส้สังขยา (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยารวมมิตรทะเล (กุ้งสด, ปลาหมึก, หอยแมลงภู่, หมูชิ้น, ปลา) - ท่อหมกหมู (2 ท่อ/คน) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อาทิตย์ที่ 26 มิ.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวหมูแดง + น่องไก่ทอด (4 น่อง/คน) - น้ำซุปรกระดูกหมู - ขนมชั้น (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวขาหมู+ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + คะน้า + กุนเชียงทอด - น้ำซุปรกระดูกหมู + ฟัก - ขนมเปียกปูนกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแกงฮอย - ขนมปังทาแยม - สับปะรด (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำน่องไก่ (4 น่อง/คน) - ผัดพริกแกงถั่วฝักยาวหมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>จันทร์ที่ 27 มิ.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงจืดแตงกวายัดไส้หมูสับ - ผัดกะเพราหมูชิ้น - เด็กกล้วยหอมชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ซีโรงหมูอ่อนต้มสับปะรด - หมูหวาน - ลอดช่องแตงไทย - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำใบเตย - ขนมปัง+นมข้น (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มส้มปลาทุสด - ผัดโป๊ยเขียนใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

<p>อังคารที่ 28 มิ.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - ผัดผักรวมมิตรใส่หมูสับ - ขนมปังไส้ไส้ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงส้มมะละกอใส่ปลานิลทอด - สะโพกไก่หนึ่งตะไคร้ + น้ำจิ้มซีฟู้ด - เฉาก้วย - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแดง - ขนมปัง+สังขยา (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำขาหมู - ฟักทองผัดไข่ใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>พุธที่ 29 มิ.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - เกาเหลาหมูชิ้น + ตับหมู + ลูกชิ้น - ผัดพริกแกงหมูชิ้น - วุ้นกะทิ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำน้องไก่ใส่เห็ดนางฟ้า (4 น่อง/คน) - หมูทอดกระเทียม - กลัวยน้ำว่าเชื่อมกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังหน้าเนยนม (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเขียวหวานไก่ - ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>พฤหัสบดีที่ 30 มิ.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ไข่พะโล้หมูสามชั้น (ไข่ทั้งฟองเบอร์ 0) - ผัดเผ็ดไก่ใส่ใบยี่หระ - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิฟักทองใส่ไก่ - ท่อหมกหมู (2 ท่อ/คน) - บวดฟักทอง - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังไส้หมูหยอง (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มส้มปลาทุสด - น่องไก่ทอด (4 น่อง/คน) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.




ตารางรายการอาหารโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ
ประจำเดือน กรกฎาคม พ.ศ. 2565

วัน/เดือน/ปี	มื้อเช้า	มื้อกลางวัน	อาหารว่าง	มื้อเย็น
ศุกร์ที่ 1 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดผักใส่หนองไก่ (4 น่อง/คน) - คน้ำหมูกรอบ - ขนมจีบ (4 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มแซบไก่ - หมูผัดพริกไทยดำ - กลัวยาวขี้ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแดง - ขนมคุกกี เนยสด (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงกะทิฟักทองหนองไก่ (4 น่อง/คน) - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 2 ก.ค. 65	- ข้าวผัดกุนเชียง + หมูยอทอด+ หมูชิ้น + ไข่ดาว (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + แครอททลวก /แตงกวา - น้ำซุปรกระดูกหมูอ่อน - ข้าวเหนียวสังขยา (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นมะระ+หนองไก่+ลูกชิ้น ข้อไก่+เลือด (เส้นเล็ก/เส้นหมี่ขาว/ เส้นใหญ่) - ทับทิมกรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำโบทะเย - ขนมคุกกีสอด ไส้สับปะรด (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงส้มปลานิลทอด - ไข่ผัดขิงเห็ดหูหนู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อาทิตย์ที่ 3 ก.ค. 65	- ข้าวหมูแดง+ ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + แตงกวา/ต้นหอม - ไก่จ้อ (3 ชิ้น/คน) - น้ำซุปรกระดูกหมู+หัวไชเท้า - ขนมกะหรี่ปั้วชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- มาม่าผัดขี้เมาทะเล+หมู - ไข่ดาว (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + ฮอตดอก - น้ำซุปรกระดูกหมู+หัวไชเท้า - ลอดช่องสิงคโปร์ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200มล.	- นมเย็น - ขนมปังปัง เนยน้ำตาล (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - กล้วยปลาทู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 4 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดกะหล่ำปลีแครอท+หนองไก่ (4 น่อง/คน) - ผัดเผ็ดหมูชิ้น - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - พะแนงไก่ - กระดูกหมูอ่อนผัดตะไคร้ - ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังทาแยม สตอเบอรี่ (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงเขียวหวานฟักใส่หมู - หนองไก่ทอด (4 น่อง/คน) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 5 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดผักใส่กระดูกหมูอ่อน - ไก่นึ่งตะไคร้ - ขนมปังเนยสดชิ้นใหญ่ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - พะโล้หมูตุ๋น + ไข่ - ไข่เจียวหมูสับ - สาเกูปยักข้าวโพดน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำโบทะเย - ขนมปังหน้า หมูหยองพริกเผา (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มย้าน้ำขิ้นใส่ปลานิล - หมูหวาน - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พุธที่ 6 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดผักใส่หนองไก่ (4 น่อง/คน) - ผัดเผ็ดหมูชิ้น - ขนมขั้ว (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มยำอกไก่ใส่เห็ด - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - เฉาก๊วยนมสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำลำไย - ขนมปังแยมโรล (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงเผ็ดวันเส้นใส่ไก่ - นึ่งปลานิล+น้ำพริก+ผักลวก - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พฤหัสบดีที่ 7 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ไข่พะโล้ขาหมู (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ผัดพริกแกงหมูใส่ถั่วฟักยาว - แค็กกล้วยหอมชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกงลาวฟักทองใส่หมู - ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง - เต้าส่วน+บาท่องไก่กรอบ (2 ชิ้น/คน) - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำมะตูม - ขนมปังไส้ สังขยา (2 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มยำขาหมู - ผัดเต้าหู้ไข่หมูสับใส่เห็ดเข็มทอง - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.




ศุภร์ที่ 8 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดผักกาดขาวใส่หมูบะช้อ+ เต้าหู้ไข่ - ไข่เจียวหมูสับ - ขนมปังหน้าหมูของพริกเผา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - พะโล้ไก่ตุ๋น+ไข่ (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - น้ำตกหมู+ผักสด - เฉาก๋วยนมสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำเขียว - ขนมปังปิ้งสติก ลายช็อควี่ฟู้ด (5-7 ชิ้น)	- ข้าวสวย - แกงส้มปลานิล (ชิ้น) - หมูหวาน - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 9 ก.ค. 65	- ข้าวหมูแดง+กุ้งเชียงทอด + แครอทลวก/แตงกวา + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - น้ำซุปรดกหมูอ่อน - ขนมปังเนยสดชิ้นใหญ่ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นมะระ+น่องไก่+ซ้อไก่+ เลือด (เส้นเล็ก/เส้นหมี่ขาว/เส้นใหญ่) - เครื่องเคียงน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแดง - ขนมปังปิ้งสติก ช็อคโกแลต (5-7 ชิ้น)	- ข้าวสวย - แกงผัดหมูใส่ฟักทอง - 닝ปลานิล+น้ำพริก+ ผักลวก - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อาทิตย์ที่ 10 ก.ค. 65	- ข้าวผัดอเมริกัน - ไข่ดาว (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + น่องไก่ทอด (4 น่อง/คน) + แตงกวา/ต้นหอม - น้ำซุปรดกหมู + หัวไชเท้า - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย/ขนมจีน - แกงเขียวหวานฟักใส่ไก่ - น้ำยากะทิใส่ตีนไก่+ลูกชิ้น + ผักสด - เต้าส่วน+ปลาทอ้งไก่กรอบ (2 ชิ้น/คน) - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแกงฮวย - ขนมปังปิ้งสติก ลายส้มวีฟู้ด (5-7 ชิ้น)	- ข้าวสวย - ต้มแซบซี่โครงหมู - หมูชิ้นผัดโหระพา - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 11 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - ท่อหมกหมู (2 ท่อ/คน) - ขนมกะหรี่ปั๊บลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - พะแนงไก่ - ผัดกะหล่ำดอกใส่หมูชิ้น - บั้วลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำใบเตย - ขนมปังปิ้ง สติกลาย สตอเบอรี่ฟู้ด (5-7 ชิ้น)	- ข้าวสวย - แกงคั่วพริกกระดูกหมู - ผัดเปรี้ยวหวานไก่ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 12 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ไข่พะโล้ขาหมู (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ผัดพริกขิงหมู - ข้าวเหนียวสังขยา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกงกะทิฟักทองใส่หมูชิ้น - ทอดมันหมู (4 ชิ้น/คน) - รวมนมข้นน้ำกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- นมเย็น - ขนมปังปิ้ง งาทอง (5-7 ชิ้น)	- ข้าวสวย - แกงปลาลูกชิ้นปลาทราย+ไก่ - ผัดเต้าหู้ไข่หมูสับใส่เห็ดเข็มทอง - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พุธที่ 13 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - น่องไก่ตุ๋นเห็ดหอม (4 น่อง/คน) - ผัดเผ็ดปลาตุ๋นทอด - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มซ่าไก่ - ลาบหมู + ผักสด - ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังคุกกี้ สอดไส้ครีมขาว (5-7 ชิ้น)	- ข้าวสวย - แกงอ่อมไก่ชิ้น - กระดูกอ่อนหมูคั่วเขียวหวาน - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พฤหัสบดีที่ 14 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - แกงจืดแตงกวายัดไส้หมูสับ - ผัดพริกแกงหมูใส่ถั่วฝักยาว - ขนมกะหรี่ปั๊บลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกงส้มชะอมไข่ - หมูนุ่มผัดพริกแกง - บั้วลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำมะตูม - ขนมปังปิ้ง ไส้สับปะรด (5-7 ชิ้น)	- ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรทะเล (กุ้งสด, ปลาหมึก, หอยแมลงภู่, หมูชิ้น, ปลา) - ไข่ทอดกระเทียมพริกไทย - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

ศุภร์ที่ 15 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดหน่อไม้สดใส่บองไก่ - หมูทอดกระเทียม - ขนมใส่ไส้ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มยำไก่บ้าน - หมูกรอบผัดกุยช่าย - ก๋วยบวชชี - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- นมเย็น - ขนมปังปิ้งคูกี้ - ไข่ต้ม (5-7 ชิ้น)	- ข้าวสวย - ต้มส้มปลานิล (ชิ้น) - ไก่ผัดตะไคร้ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 16 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - ท่อหมกหน่อไม้สดใส่หมู (2 ท่อ/คน) - ขนมปังหน้าหมูหยองพริกเผา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวมันไก่ทอด + หมูยอทอด + กุนเชียงทอด+แตงกวา+น้ำจิ้ม - น้ำซุปรกระดูกหมู - ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแดง - ขนมปังปิ้ง - สติกกลายสัมพันธ์ (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มยำขาหมู - ผัดฉ่าปลาตุ๋น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อาทิตย์ที่ 17 ก.ค. 65	- ข้าวผัดไข่ใส่หมูชิ้น + ไข่ดาว (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + ฮอทดอก (2 ชิ้น/คน) + แตงกวา / ต้นหอม - น้ำซุปรกระดูกหมู + พริก - ขนมปังปิ้งเนยนม (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- สปาเก็ตตี้ซอสมะเขือเทศหมูสับ+ เฟรนฟาย + แยม (2 ชิ้น/คน) + ฮอทดอก (2 ชิ้น/คน) + บองไก่ (4 บอง/คน) - น้ำซุปรกระดูกหมู - ทับทิมกรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำลำไย - ขนมปังปิ้งกะทิ - สปีปะรดวิฟต์ (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - พะแนงหมู - บองไก่กระเทียมพริกไทย (4 บอง/คน) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 18 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ต้มยำกุ้งน้ำข้นใส่หมูชิ้น - ผัดผงกะหรี่หมู - เค้กเนยสด (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - พะแนงไก่ - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ลอดช่องสิงคโปร์ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำกระเจียบ - ขนมปังปิ้งคูกี้ - ทูเรียน (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มขาไก่ - สะโพกไก่ต้มน้ำจิ้ม + น้ำจิ้มซีฟู้ด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 19 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - แกงจืดแตงกวายัดไส้หมูสับ - กะเพราเครื่องในไก่+เนื้อไก่ - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกงอ่อมเนื้อ - กะเพราหมูตุ๋น - สาหร่ายข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำเขียว - ขนมปังปิ้งสติค - ช็อคโกแลต (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ไข่พะโล้หมูสามชั้น (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ผัดพริกแกงหมูกรอบ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พุธที่ 20 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ต้มเลือดหมู + หมูชิ้น - คะน้าหมูกรอบ - ขนมปังใส่หมูหยอง (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกงหน่อไม้ใส่หมู - บองไก่ทอดกระเทียม (3 บอง/คน) - เต้าส่วน+ปลาทองไก่กรอบ (2 ชิ้น/คน) - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำกระเจียบ - ขนมปังปิ้ง - งามทอง (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงส้มผักรวมปลานิลทอด - ลาบหมู + ผักสด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พฤหัสบดีที่ 21 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - แกงจืดสาหร่ายเต้าหู้ไข่ใส่หมูบะซอส - ผัดพริกแกงหมูใส่ถั่วฝักยาว - ขนมปังแยมโรล (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มแซบไก่ - หมูกรอบผัดกุยช่าย - นมเปียกปูนกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำมะตูม - ขนมปังคูกี้ - สอดไส้ครีมขาว (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงกะทิวันเส้นใส่ไก่ - กระเพราทะเล (กุ้ง, ปลาหมึก) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

ศุภรีที่ 22 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - แกลงเขียวหวานหมู - ไข่เจียวหมูสับ - ขนมจีบ (4 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกลงเผ็ดหมูชิ้นมะเขือพวง - สะโพกไก่หนึ่งมะนาว - ลอดช่องสิงคโปร์ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำเขียว - ขนมปังปิ้งไส้ สัปปะรด (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มส้มปลาทูด - คะน้าหมูกรอบ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 23 ก.ค. 65	- ข้าวขาหมู + คะน้า - ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + ฮอตดอก (2 ชิ้น/คน) - ขนมกะหรี่ปั๊บน้ำตาล (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- หมี่กะทิหมู + ผักสด - น่องไก่ทอด (4 น่อง/คน) - รวมมิตรน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแดง - ขนมปังปิ้งคูกี้ ทุเรียน (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ไข่พะโล้หมูตุ๋น - ปลาตุ๋นทอดราดพริก - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อาทิตย์ที่ 24 ก.ค. 65	- ข้าวคลุกกะปิ+หมูหวาน+กุ้งเชียง + ไข่เจียว + แดงกวา - น้ำซุปรกระดูกหมู+หัวไชเท้า - ขนมปังปังเนยนม (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ราดหน้าเส้นใหญ่หมู - น่องไก่ทอด (3 น่อง/คน) - บั้วลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแกงเขียว - ขนมปังปิ้งคูกี้ ใบเตย (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มยำปลาทาบิหมี่น้ำใส - ผัดเปรี้ยวหวานหมู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 25 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - แกลงหมูชิ้น - กะเพราเครื่องในไก่+เนื้อไก่ - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกลงส้มไข่ชะอมกุ้ง - ทอดมันหมู - ครองแครงน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำใบเตย - ขนมปังปิ้งกะทิ สัปปะรดวิฟูตส์ (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มยำน่องไก่ใส่เห็ด (4 น่อง/คน) - หมูชิ้นผัดโหระพา - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 26 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - พะแนงไก่ - หมูผัดพริกไทยดำ - ข้าวเหนียวสังขยา (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกลงคั่วพริกกระดุกหมูอ่อน - ผัดผงกะหรี่ปั๊ทะเล - ถั่วดำสาธุ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำลำไย - ขนมปังปิ้ง สตีกายส้มวิฟูตส์ (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกลงเผ็ดหมูชิ้นใส่ฟักทอง - หมูหวาน - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พุธที่ 27 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - เกาเหลาหมูชิ้น + ลูกชิ้น - กระดุกหมูอ่อนผัดตะไคร้ - ขนมชิ้น (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกลงปลาลูกชิ้นปลาทราย + ไก่ - ไข่เจียวหมูสับ - แกลงบัวตอก - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- นมเย็น - ขนมปังปิ้ง สตีกช็อคโกแลต (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกลงเผ็ดฟักใส่หมู - ผัดเห็ดฟางหน่อไม้ฝรั่งใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พฤหัสบดีที่ 28 ก.ค. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดกะหล่ำปลีแครอทใส่หมูบะซ้อ - ผัดพริกใส่หมูชิ้น - ขนมปังหน้าหมูหยองพริกเผา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกลงเขียวหวานหมู - กะเพราหมูตุ๋น - กลัวยาวชชี - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำเขียว - ขนมปังปิ้ง งาทอง (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มข้าวไก่ - ซีโรงหมูคั่วเขียวหวาน - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

<p>ศุภร์ที่ 29 ก.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงกะทิวันเส้นใส่ไก่ - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ขนมจีบ (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - ผัดเปรี้ยวหวานหมู - ทับทิมกรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังไส้หมูหยอง (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรทะเล(กุ้งสด,ปลาหมึก, หอยแมลงภู่, หมูชิ้น,ปลา) - ไก่ผัดขิงใส่เห็ดหูหนู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>เสาร์ที่ 30 ก.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - เกาเหลาเลือดหมูใส่หมูชิ้น - น่องไก่ย่าง (4 น่อง/คน) - ซาลาเปาใส่หมูสับลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ผัดซีอิ้วเส้นใหญ่คะน้าใส่หมูชิ้น - น่องไก่ทอด (4 น่อง/คน) - สาเกูปริกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังคุกกี้สอดไส้ครีมขาว (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบไก่ - หมูกรอบผัดกุยช่าย - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อาทิตย์ที่ 31 ก.ค. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวผัดหมู+กุ้งเชียงทอด + ไข่ดาว (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + ฮอทดอก (2 ชิ้น/คน) + แต่งกวา/ต้นหอม+ ไก่จ้อ (3 ชิ้น/คน) - ขนมปังปังเนยนม (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ผัดไทหมู + กุ้งสด + ไข่เจียวทรงเครื่อง + ฮอทดอก - น้ำซุ้กระดูกหมู + ฟัก - บัวลอย - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังปิ้งไส้สั้ปประดับ (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำปลานิล - ผัดฟักทองหมูใส่ไข่ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.





ตารางรายการอาหารโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ

ประจำเดือน สิงหาคม พ.ศ. 2565

วันที่	มือเช้า	มือกลางวัน	อาหารว่าง	มือเย็น
จันทร์ที่ 1 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดหมูชิ้น - ผัดผักรวมมิตรใส่หมูชิ้น - ขนมใส่ไส้ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำกุ้งน้ำข้นใส่หมูชิ้น - สะโพกไก่หนังตะไคร้+น้ำจิ้มซีฟู้ด - ถั่วเขียวต้มน้ำตาล - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังปิ้งคูกี้ใบเตย (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดฟักทองใส่ไก่ - น้ำพริกกะปิ - ปลาทุทอด + ผักลวก - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 2 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ไข่พะโล้ขาหมู (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - น่องไก่ชุบแป้งทอด (4 น่อง/คน) - เด็กกล้วยหอมชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะแนงหมู - หมูทอดกระเทียม - ขนมเปียกปูนกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังปิ้งไส้สัปรด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงส้มขอมไข่ - น้ำพริกปลาทุ + ผักลวก - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พุธที่ 3 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเขียวหวานหมู - กุนเชียงทอด + ฮอตดอก - ขนมปังแยมโรล (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - ท่อหมกหน่อไม้สดใส่หมู (2 ท่อ/คน) - ข้าวเหนียวถั่วดำ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแกงเขียวหวาน - ขนมปังปิ้งคูกี้ใบเตย (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำกุ้งน้ำข้นใส่หมูชิ้น - หมูนุ่มผัดพริกแกง - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พฤหัสบดีที่ 4 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงจืดฟักหมูสับวันเส้นสาหร่าย - ผัดพริกแกงหน่อไม้สดหมูชิ้น - ขนมจีบ (4 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำขาหมู - นึ่งน่องไก่ สูตรอีสาน + น้ำจิ้มซีฟู้ด (4 น่อง/คน) - เต้าส่วน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำใบเตย - ขนมปังปิ้งกะทิ สัปรดวิฟู้ด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ไข่พะโล้ไก่ตุ๋น - ผัดวันเส้นใส่หมูใส่ไข่ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
ศุกร์ที่ 5 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดผักกาดดองใส่กระดูกหมูอ่อน - ผัดเผ็ดปลาตุ๋น - ขนมกะหรี่ปั้วชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดไก่ใส่ฟัก - หมูหวาน - บัวลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแดง - ขนมปังปิ้งคูกี้ทุเรียน (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มข่าไก่ - ยำเห็ดเข็มทองหมูสับ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 6 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดกะหล่ำปลีแครอทใส่หมูบะช่อ - ผัดดอกกะหล่ำใส่หมูชิ้น - ขนมปังหน้าหมูหยองพริกเผา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นมะระ+น่องไก่+ข้าวไก่+เลือด (เส้นเล็ก/เส้นหมี่ขาว/เส้นใหญ่) - แกงบัวตองฟักทอง - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังปิ้งคูกี้ใบเตย (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดวันเส้นใส่ไก่ - ลาบหมู+ผักสด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

อาทิตย์ที่ 7 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวขาหมู + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + คะนําลวก + นํ้าจิ้ม - นํ้าซุ้กระดูกหมู + พัก - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - มาม่าผัดซีเมาทะเล+หมู - ไข่ดาว (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + ฮอตดอก - กล้วยบวชชี - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นํ้าลำไย - ขนมปังปิ้งสตีกกลาย ส้มวีฟู้ด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงอ่อมหมูชิ้น - ปีกบนไก่ทอดกระเทียมพริกไทย (4 ปีก/คน) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 8 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงคั่วพริกไก่ - กะเพราหมูชิ้น - ขนมปังปิ้ง (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ปลาหนึ่ง ผักลวกนํ้าพริก - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ทับทิมกรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นมเย็น - ขนมปังปิ้งสตีก - ช็อคโกแลต (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบซี่โครงหมู - ทอดมันปลากราย (คนละ 5 ชิ้น) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 9 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ผัดพริกทองใส่หมูและไข่ - ไข่พะโล้นองไก่ (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ขนมปังเนยนม (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำพวงไข + ไก่ - ผัดกะหล่ำดอกใส่หมูชิ้น - ทับทิมกรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นมเย็น - ขนมปังคุกกี้สอดไส้ครีมขาว (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำทะเลนํ้าข้น - ซี่โครงหมูทอด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พุธที่ 10 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงจืดกระดูกหมูอ่อน - คะนํ้าหมูกรอบ - ชาลาเป่าไส้หวานลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะแนงหมู - ท่อหมกหมูสามชั้น (2 ท่อ/คน) - รวมมิตรนํ้ากะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นํ้าเขียว - ขนมปังปิ้งไส้ สั้ปะรด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงป่าลูกชิ้นปลากราย - ผัดพริกแกงหมูใส่ถั่วฝักยาว - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พฤหัสบดีที่ 11 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - นองไก่ตุ๋นเห็ดหอม - ผัดกะเพราหมูชิ้น - ขนมจีบ (4 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดนองไก่ใส่พริก (4 นอง/คน) - ไก่ทอดกระเทียมพริกไทย - ลอดช่องแดงไทย - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นํ้าแก๊กฮวย - ขนมปังปิ้งคุกกี้ใบเตย (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะโล้หมูตุ๋น - ผัดกะหล่ำดอกใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
ศุกร์ที่ 12 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดหน่อไม้สดใส่หมูสามชั้น - ผัดเผ็ดไก่ใส่ใบยี่หระ - ขนมปังไส้สังขยา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มส้มปลาทุสด - ผัดเผ็ดฟางหน่อไม้ฝรั่งใส่หมูชิ้น - โครงแครงนํ้ากะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นํ้าใบเตย - ขนมปังปิ้งกะทิ สั้ปะรดวีฟู้ดส์ (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเห็ดนางฟ้าใส่หมูชิ้น - นํ้าตกหมู + ผักสด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 13 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวมันไก่ทอ - ต้มซุ้กระดูกหมูอ่อน - ขนมใส่ไส้ (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ขนมจีน + นํ้ายากะทิไก่ + ตีนไก่ + เลือด - ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - เปียกข้าวโพดมะพร้าวอ่อน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นมเย็น - ขนมปังปิ้งสตีก - ช็อคโกแลต (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะโล้ขาหมู+ไข่ (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - หมูผัดพริกไทยดำ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

อาทิตย์ที่ 14 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - สปากัดดีซอสมะเขือเทศหมูสับ + เฟรนฟาย + แอม (2 ชิ้น/คน) + ฮอทดอก (2 ชิ้น/คน) - ขนมกะหรี่ปั๊บนึ่งใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ผัดซีอิ้วเส้นใหญ่หมู - น่องไก่ชุบแป้งทอด (3 น่อง/คน) - โภคภัณฑ์ - ลอดช่องแตงไทย - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแดง - ขนมปังปิ้งคูกี้ทุเรียน (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงเขียวหวานไก่ - กล้วยปลาทู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 15 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงจืดสาหร่ายเต้าหู้ไข่ใส่หมูบะช่อ - ผัดพริกแกงหมูใส่ถั่วฝักยาว - ขนมปังปิ้งเนยน้ำตาล (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงจืดกระดูกหมูอ่อน - ผัดเปรี้ยวหวานไก่ - เต้าส่วน+ปลาห้องไก่กรอบ (2 ชิ้น/คน) - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังปิ้งสตีก ลายส้มวิฟูด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงส้มปลานิล - ผัดพริกแกงหน่อไม้สดใส่หมูกรอบ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 16 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงอ่อมเนื้อ - ผัดเต้าหมูไข่ใส่หมูสับใส่เห็ดเข็มทอง - แกลงส้ม+เค้กใบเตยชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงเขียวหวานไก่ - หมูทอดกระเทียม - รวมมิตรน้ำกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังปิ้งคูกี้ใบเตย (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงคั่วพริกกระดูกหมูอ่อน - น้ำพริกปลาทูทอด + ผักลวก - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พุธที่ 17 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มชุปน่องไก่ (4 น่อง/คน) - คะน้าหมูกรอบ - แกลงกล้วยหอม (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงกะทิฟักทองใส่ไก่ - ผักกอกไก่ใส่บลอคโคลี่/แครอท - ถั่วเขียวต้มน้ำตาล - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำมะตูม - ขนมปังคูกี้สอดไส้ครีมขาว (5-7 ชิ้น) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - นึ่งปลานิล + น้ำพริก+ผักลวก - ต้มยำไก่ใส่เห็ดนางฟ้า - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พฤหัสบดีที่ 18 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - เกาเหลาเลือดหมูใส่หมูชิ้น - กุนเชียงทอด + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ขนมปังไส้สังขยา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำน่องไก่ใส่เห็ด (3 น่อง/คน) - หมูหวาน - สังขยาฟักทอง - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังปิ้งไส้สังขยา (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงหน่อไม้ย่างนางใส่หมูสามชั้น - หมูกรอบผัดขี้ยา - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
ศุกร์ที่ 19 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดตำลึง+แครอท ใส่หมูบะช่อ - ผัดพริกแกงหน่อไม้ใส่หมูกรอบ - ขนมกะหรี่ปั๊บนึ่งใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะโล้หมูตุ๋น + ไข่ (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - สาकुมะพร้าวอ่อนกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแกงเขียวหวาน - ขนมปังปิ้งคูกี้ใบเตย (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจับฉ่ายกระดูกหมู - สะโพกไก่ย่างเตาไฟ + น้ำจิ้มซีฟู้ด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 20 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวต้มทรงเครื่องหมู - ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + ฮอทดอก (2 ชิ้น/คน) + ชิงชอย - ขนมปังหน้าหมูหยองพริกเผา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นมะระ+ น่องไก่ + ข้าวไก่ + เลือด (เส้นเล็ก/เส้นหมี่ขาว/เส้นใหญ่) - บัวลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังปิ้งสตีก ลายส้มวิฟูด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงส้มปลานิล - หมูชิ้นผัดโหระพา - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

อาทิตยที่ 21 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ก้วยจับเส้นเล็กน้ำขุ่น - ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + กุนเชียงทอด - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวมันไก่ทอด + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + แดงกวาง / ต้นหอม - ยำหมูยอ - เปียกปูนกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำโบทย - ขนมปังปิ้งกะทิ สับปะรดวิฟูดส์ (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - ผัดเปรี้ยวหวานหมู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 22 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ไข่พะโล้ชาหมู (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - น่องไก่ชุบแป้งทอด (3 น่อง/คน) - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงส้มผักรวมใส่หมูชิ้น - ผัดกะหล่ำปลีใส่หมูชิ้น - ข้าวเหนียวข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแดง - ขนมปังปิ้งคูกี้ทุเรียน (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดหมูชิ้นมะเขือพวง - ลาบหมู + ผักสด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 23 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงจืดผักกาดขาวหมูสับ + เต้าหู้ไข่ - ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง - ขนมจีบ (4 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบซี่โครงหมู - หมูยอทอด - ขนมชั้น (3 ชิ้น / คน) - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นมเย็น - ขนมปังปิ้งสติ๊ก ช็อคโกแลต (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรหมูชิ้น + ทะเล - ไก่ทอดกระเทียมพริกไทย - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พุธที่ 24 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเขียวหวานไก่ - ปลานิลทอดผัดขึ้นฉ่าย - ขนมกะหรี่ปั๊บลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดวุ้นเส้นใส่ไก่ - หมูหวาน - ทับทิมกรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังปิ้งคูกี้โบทย (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มย่าน่องไก่ (4 น่อง/คน) - ปลาตุ๋นทอด 3 รส - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พฤหัสบดีที่ 25 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - เกาเหลาหมูชิ้น - ลูกชิ้นเนื้อผัดโหระพา - เด็กกล้วยหอมชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มข่าไก่ - คะน้าหมูกรอบ - ครองแครงกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำมะตูม - ขนมปังคูกี้สอดไส้ครีม ขาว (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะแนงหมู - น่องไก่ทอดกระเทียม (4 ชิ้น /คน) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
ศุกร์ที่ 26 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเขียวหวานลูกชิ้นปลากรายใส่ มะเขือเปราะ - ผัดผักรวมใส่หมู - ขนมปังไส้สังขยา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ผัดเผ็ดปลาดุก - ต้มจืดผักกาดคองกระดูกอ่อนหมู - ลอดช่องสิงคโปร์ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังปิ้งไส้ สับปะรด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำปลานิล - ลาบไก่ + ผักสด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 27 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวมันไก่ต้ม + แดงกวาง + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + ฮอตดอก - น้ำซุปรกระดูกหมู + ฟัก - ขนมปังไส้หมูหยอง (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ราดหน้าหมี่กรอบหมู - เกี้ยวน้ำหมู - น่องไก่ทอด (3 ชิ้น/คน) - วุ้นกะทิ (3 ชิ้น/คน) - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแดง - ขนมปังปิ้งคูกี้ทุเรียน (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดฟักใส่ไก่ - ซี่โครงหมูทอดกระเทียม - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

อาทิตย์ที่ 28 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ก้วยจับ + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + หมูยอ - กุนเชียงทอด + ฮอตดอก (2 ชิ้น/คน) - เค้กกล้วยหอมชิ้นใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวขาหมู+ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + คะน้า - น้ำซุปรกระดูกหมู + ฟัก - เต้าส่วน + ปลาทองโก๋กรอบ (2 ชิ้น/คน) - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแกงฮวย - ขนมปังปิ้งคูกักโบเตย (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ+เต้าหู้ไข่ - ผัดเผ็ดถั่วฝักยาวหมูสามชั้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 29 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - เกาเหลาหมูชิ้น + ลูกชิ้น - ผัดพริกแกงหมูชิ้น - ขนมปังปังเนย (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงส้มผักรวมใส่หมูชิ้น - ผัดกะหล่ำปลีใส่หมูกรอบ - กล้วยน้ำว้าเชื่อมกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำโบทย - ขนมปังปิ้งกะทิ สับประรดวิฟุตส์ (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ปลาตุ๋นทอด 3 รส - แกงอ่อมไก่ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 30 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเผ็ดฟักทองใส่หมู - ผัดผักรวมมิตรใส่หมู - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ลูกชิ้น+หมูตุ๋นผัดโหระพา - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - บัวย่อยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังปิ้งสตีกกลายส้ม วิฟุตส์ (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - น่องไก่ทอด (4 น่อง/คน) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พุธที่ 31 ส.ค. 65	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดหน่อไม้สดใส่กระดูกหมูอ่อน - เต้าหู้ไข่ใส่หมูสับผัดน้ำมันหอย - ขนมจีบ (4 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมู - สะโพกไก่นึ่งตะไคร้+น้ำจิ้มซีฟู้ด - แกงบวดฟักทอง - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังปิ้งสตีก ช็อคโกแลต (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรทะเล (กุ้งสด, ปลาหมึก, หอยแมลงภู่, หมูชิ้น, ปลา) - ผัดผักรวมมิตรใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

ตารางรายการอาหารโรงเรียนกีฬาจังหวัดศรีสะเกษ
ประจำเดือน กันยายน พ.ศ. 2565

วันที่	มือเช้า	มือกลางวัน	อาหารว่าง	มือเย็น
พฤหัสบดีที่ 1 ก.ย. 65	- ข้าวสวย - เกาเหลาเครื่องในหมู+หมูชิ้น - กะเพราเครื่องในไก่ - ข้าวเหนียวสังขยา (1 ช้อน/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มยำน่องไก่ใส่เห็ด (4 น่อง/คน) - หมูทอดกระเทียม - ลอดช่องสิงคโปร์ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแดง - ขนมปังปิ้งไส้ สัปปะรด (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มยำขาหมู - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
ศุกร์ที่ 2 ก.ย. 65	- ข้าวสวย - ไข่พะโล้หมูสามชั้น (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ผัดเผ็ดไก่ใส่ใบยี่ห่วย - ขนมกะหรี่พัฟฟิ่งใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกงกะทิฟักทองใส่ไก่ - ห่อหมกหมู (2 ห่อ/คน) - ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำโบทาย - ขนมปังปิ้งคูกี้ โบทาย (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงส้มไข่เจียวชะอม - ผัดเปรี้ยวหวานหมู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 3 ก.ย. 65	- ข้าวสวย - ไก่ตุ๋นเห็ดหอม - หมูทอดกระเทียม - ขนมชั้น (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวมันไก่ทอด+ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + กุนเชียงทอด + แดงกวา/ ต้นหอม - บัวยอย - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำโบทาย - ขนมปังปิ้งคูกี้ โบทาย (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มยำปลาชนิด - ผัดผักระเทียมทะเล - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อาทิตย์ที่ 4 ก.ย. 65	- ข้าวผัดกุ้งสด+หมูชิ้น + น้ำซุปล - ไข่ดาว (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) +ฮอตดอก (2 ชิ้น/คน) + แดงกวา/ ต้นหอม - ขนมปังไส้หมูหยอง (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวหมูแดง+หมูยอทอด + แดงกวา/ต้นหอม - น้ำซุปลกระดุกหมู+หัวไชเท้า - กลัวยบวชชี - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- นมเย็น - ขนมปังปิ้งงาทอง (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงเขียวหวานไก่ - ไข่ปลาทู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 5 ก.ย. 65	- ข้าวสวย - แกงจืดกระดุกอ่อนหมู - หมูกรอบผัดกุยช่าย - ขนมปังแยมโรล (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกงวันเส้นใส่ไก่ - ลาบหมู + ผักสด - ทับทิมกรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำกระเจียบ - ขนมปังคูกี้สอดไส้ ครีมขาว (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกงเปรอะใส่หมูสามชั้น - หมูผัดพริกไทยดำ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 6 ก.ย. 65	- ข้าวสวย - แกงกะทิหน่อไม้สดใส่ปลาตุก - คะน้าหมูกรอบ - ขนมปังปิ้งเนยน้ำตาล (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มแซบไก่ - ผัดกะหล่ำดอกใส่หมูชิ้น - สาकुเปียกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำลำไย - ขนมปังปิ้งกะทิ สัปปะรดวิฟุสต์ (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - พะโล้ไก่ตุ๋น + ไข่ - หมูทอดกระเทียม - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.





พุทที่ 7 ก.ย. 65	- ข้าวสวย - พะแนงไก่ - หมูชิ้นผัดน้ำมันหอย - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มยำกุ้งน้ำข้นใส่หมูชิ้น - ผัดดอกไก่ใส่บรอกโคลี/แครอท - เต้าส่วน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำมะตูม - ขนมปังปิ้งคูกัก ทุเรียน (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกลงเห็ดนางฟ้าใส่หมูชิ้น - ไก่ผัดขิงเห็ดหูหนู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
พุดัสบตีที่ 8 ก.ย. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดตำลึงหมูบะช่อ+เต้าหู้ไข่ - ไข่เจียวหมูสับ - ขนมปังหน้าหมูหอยของพริกเผา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกลงอ่อมไก่ - น้ำตกหมู+ผักสด - เฉากวายนมสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำเขียว - ขนมปังปิ้งสติ๊ก ลายช็อคควีฟูด (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มยำปลาทุสด - ลูกชิ้นเนื้อผัดโหระพา - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
ศุภร์ที่ 9 ก.ย. 65	- ข้าวสวย - ต้มชุปน่องไก่ (4 น่อง/คน) - ผัดเผ็ดหมูชิ้น - ขนมต้ม (4 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกลงเผ็ดหมูใส่ผักทอง - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ครองแครงน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแดง - ขนมปังปิ้งสติ๊ก ช็อคโกแลต (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกลงเผ็ดวันเส้นใส่ไก่ - นึ่งปลานิล + น้ำพริก + ผักลวก - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
เสาร์ที่ 10 ก.ย. 65	- ข้าวขาหมู + ไข่ต้ม + ยอดคะน้าอ่อนลวก - น้ำซุปรกระดูกหมู+ผัก - ข้าวเหนียวสังขยา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่, เส้นเล็ก, เส้น บะหมี่หมูน้ำข้น+ ไข่ต้ม - รวมนมิตร์น้ำกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- นมเย็น - ขนมปังปิ้งบางทอง (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกลงเปรอะใส่หมูสามชั้น - ผัดเต้าหู้ไข่หมูสับใส่เห็ดเข็มทอง - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อาทิตย์ที่ 11 ก.ย. 65	- ข้าวผัดอเมริกัน - ไข่ดาว+น่องไก่ทอด (2 ชิ้น/คน) + แต่งกวา/ต้นหอม - น้ำซุปรกระดูกหมู + หัวไชเท้า - ขนมปังปังเนย (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย/ขนมจีน - แกลงเขียวหวานไก่ - น้ำยากะทิใส่ดินไก่+ลูกชิ้น - ผักสด - เต้าส่วน+ปลาทองไก่กรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำแกงฮอย - ขนมปังปิ้งสติ๊ก ลายส้มวีฟูด (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - ต้มแซ่ชี่โครงหมูอ่อน - นึ่งน่องไก่ สูตรอีสาน (4 น่อง/คน) + น้ำจิ้มซีฟู้ด - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
จันทร์ที่ 12 ก.ย. 65	- ข้าวสวย - ต้มจืดหน่อไม้สดใส่หมูสามชั้น - หมูหวาน - ขนมปังหน้าเนยนมข้น (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - แกลงป่าหมูลูกชิ้นปลากทราย - น่องไก่ซุปรแป้งทอด (4 น่อง/คน) - บัลลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำใบเตย - ขนมปังปิ้งสติ๊กลาย สตอเบอรี่ฟูด (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกลงคั่วพริกกระดูกหมู - ผัดเปรี้ยวหวานไก่ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
อังคารที่ 13 ก.ย. 65	- ข้าวสวย - น่องไก่ตุ๋นเห็ดหอม - ผัดเผ็ดปลาสด - ซาลาเปา (ลูกใหญ่) (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- ข้าวสวย - ต้มยำอกไก่ใส่เห็ด - ลาบหมู + ผักสด - ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล.	- น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังคูกักี่สอดไส้ ครีมขาว (5-7 ชิ้น/คน)	- ข้าวสวย - แกลงอ่อมปลาสด - ไข่โครงหมูอ่อนคั่วเขียวหวาน - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

<p>พุธที่ 14 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงจืดแตงกวายัดไส้หมูสับ - ผัดพริกแกงหมูใส่ถั่วฝักยาว - ขนมกะหรี่ปั๊บบ (ลูกใหญ่) (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงส้มชะอมไข่ - หมูนุ่มผัดพริกแกง - บัลลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำมะตูม - ขนมปังป๊อบ - ไส้สับประรด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรทะเล - ไก่ทอดกระเทียมพริกไทย - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>พฤหัสบดีที่ 15 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงเลียงกุ้งสด - ทอดกระดุกหมูอ่อน - ขนมปังปังเนยน้ำตาล (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำไก่หน้าชั้น - คะน้าหมูกรอบ - กลัวยาวชชี - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นมเย็น - ขนมปังป๊อบคูกี้ - ใบเตย (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงหน่อไม้โบราณางใส่หมูสามชั้น - ไก่ผัดตะไคร้ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>ศุกร์ที่ 16 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงส้มมะละกอใส่ปลานิล - ท่อหมกหน่อไม้สดหมู (2 ท่อ/คน) - ขนมปังหน้าหมูหอยของพริกเผา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำไก่ใส่เห็ดนางฟ้า - ไข่เจียวหมูสับ - ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแดง - ขนมปังป๊อบ - สติกกลายสัมพันธ์ (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงจืดเต้าหู้หมูสับสาหร่าย - ผัดฉ่าปลาตุ๋น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>เสาร์ที่ 17 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ก๋วยจั๊บเส้นใหญ่ทรงเครื่อง - ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + หมูยอทอด - เค้กนมสด (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ราดหน้าหมูกรอบ - เกี้ยวน้ำหมู - สาเกูปีกข้าวโพด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังป๊อบ - สติกโกแลต (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำกุ้งน้ำข้นใส่หมูชิ้น - กุ้งหมูชิ้นผัดพริกหยวกถั่วลันเตา - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อาทิตย์ที่ 18 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวผัดไข่ใส่หมูชิ้น + ไข่ดาว + สอทอด(2 ชิ้น/คน) + แตงกวา / ต้นหอม - น้ำซุปรกระดูกหมู + พัก - ขนมปังปังเนยนม+นมข้นหวาน (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวมันไก่ทอด + ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) + กุนเชียงทอด+ แตงกวา+น้ำจิ้ม - น้ำซุปรกระดูกหมู - ทับทิมกรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังป๊อบกะทิ - สั้บประรดวิฟุตส์ (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะแนงหมู - น่องไก่ทอดกระเทียม(2 ชิ้น/คน) - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>จันทร์ที่ 19 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ไข่พะโล้หมูสามชั้น - สะโพกไก่นึ่งตะไคร้ + น้ำจิ้มซีฟู้ด - เค้กนมสด - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบไก่ - หมูกรอบผัดกุยช่าย - ลอดช่องสิงคโปร์ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังป๊อบคูกี้ - ทูเรียน (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงป่าหมูสามชั้น - ผัดผักทองใส่ไข่ใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อังคารที่ 20 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - เกาเหลาเลือดหมูใส่หมูชิ้น - น่องไก่ทอดกระเทียม (4 น่อง/คน) - ขนมปังไส้หมูหอย (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะแนงไก่ - กระดุกหมูผัดตะไคร้ - เต้าส่วน+ปลาทองไก่กรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำกระเจี๊ยบ - ขนมปังป๊อบจากทอง (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำปลาทุ - ลาบทู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

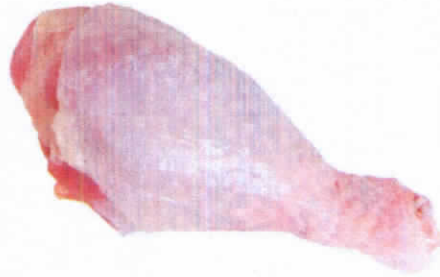
<p>พุธที่ 21 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงจืดสาหร่ายเต้าหู้ไข่ใส่หมูสับ - ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง - ขนมปังแยมโรล (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบไก่ - หมูกรอบผัดกุยช่าย - นมเปียกปูนกะทิสด - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำมะตูม - ขนมปังคูกี้สอดไส้ครีมขาว (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงคั่วฟักไก่ - กะเพราทะเล - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>พฤหัสบดีที่ 22 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงเขียวหวานหมู - ผัดเผ็ดไก่ใส่ใบยี่ห่วย - เซนวิชไส้ทูน่า,ปูอัด (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงส้มมะละกอใส่ปลานิล - ผัดผงกระหรี่ไก่ - ลอดช่องสิงคโปร์ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังป๊อปใส่สับปะรด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงเผ็ดน่องไก่ใส่ฟัก (4 น่อง/คน) - คะน้าหมูกรอบ - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>ศุกร์ที่ 23 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงอ่อมหมูชิ้น - ผัดดอกไก่ใส่บร็อคโคลี่/แครอท - ขนมกะหรี่ปั๊บนึ่งใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงเผ็ดฟักทองใส่หมูสามชั้น - ท่อหมกหมู (2 ชิ้น/คน) - รวมมิตรน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแดง - ขนมปังป๊อปคูกี้ทุเรียน (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงหน่อไม้สดใส่ไก่ - ปลาตุ๋นทอดผัดพริกแกง - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>เสาร์ที่ 24 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวต้มทรงเครื่องหมู - ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0)+ ฮอทดอก (2 ชิ้น/คน) - ขนมปังปังเนยน้ำตาล (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ขนมจีน + น้ำยากะทิไก่ + ตีนไก่ + เลือด - ไข่ต้ม (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ข้าวเหนียวเปียกกล้วยดำ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังป๊อปสติกลาย ส้มวีฟูด (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงเผ็ดหมูชิ้นใส่ฟักทอง - หมูหวาน - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อาทิตย์ที่ 25 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวคลุกกะปิ+หมูหวาน+ กุนเชียง + ไข่เจียว + แดงกวา - น้ำซุปรดุดอกหมู+หัวไชเท้า - ขนมปังปังเนย (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ราดหน้าเส้นใหญ่หมู+หมูยอทอด - บัวลอยไข่หวาน - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำแกงฮวย - ขนมปังป๊อปคูกี้ใบเตย (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำปลาทับทิมน้ำใส - กะเพราหมูตุ๋น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>จันทร์ที่ 26 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะแนงไก่ - หมูผัดพริกไทยดำ - ขนมปังปังเนยนม (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงหน่อไม้หมูสามชั้นใส่ใบย่านาง - หมูสามชั้นทอดกรอบ - ครองแครงน้ำกะทิ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำใบเตย - ขนมปังป๊อปกะทิ สับปะรดวีฟูดส์ (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มย่าน่องไก่ใส่เห็ด (4 น่อง/คน) - เต้าหู้ไข่ใส่หมูสับผัดน้ำมันหอย - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>อังคารที่ 27 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - เกาเหลาหมูชิ้น - กระดุกหมูอ่อนผัดตะไคร้ - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงปาลูกชิ้นปลากราย+ไก่ชิ้น - น่องไก่ทอดกระเทียม (4 น่อง/คน) - แกลงบัวตอก - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - นมเย็น - ขนมปังป๊อปสติกลาย ช็อคโกแลต (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกลงเผ็ดฟักใส่หมู - ผัดเห็ดฟางหน่อไม้ฝรั่งใส่หมูชิ้น - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

<p>พุทธที่ 28 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงจืดวันเส้นหมูสับ + เต้าหู้ - กะเพราหมูชิ้น - ขนมปังหน้าหมูหยองพริกเผา (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - แกงส้มผักรวมใส่หมูชิ้น - หมูหวาน - ทอดมันหมู (5 ชิ้น/คน) - กลัวยาวขี้ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังปิ้งงาทอง (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มส้มปลานิล - ซีโรงหมูคั่วเขียวหวาน - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>พุทธศัปดาห์ที่ 29 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มจืดหน่อไม้สดใส่กระดูกหมูอ่อน - ไข่ลูกเขย (ไข่ทั้งฟอง เบอร์ 0) - ขนมปังหน้าเนยนม (2 ชิ้น/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - พะโล้หมูตุ๋น + ไข่ - ยำวันเส้น+หมูสับ+หมูยอ - ทับทิมกรอบ - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำเขียว - ขนมปังปิ้งงาทอง (5-7 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรทะเล (กุ้งสด , ปลาหมึก, หอยแมลงภู่, หมูชิ้น) - ไข่ผัดขิงใส่เห็ดหูหนู - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.
<p>ศุกร์ที่ 30 ก.ย. 65</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มข้าไก่ - หมูชิ้นผัดน้ำมันหอย - ซาลาเปาลูกใหญ่ (1 ลูก/คน) - นมหวาน ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มแซบกระดูกหมูอ่อน - สะโพกไก่ต้มน้ำจิ้มซีฟู้ด - บวดฟักทอง - นมช็อคโกแลต ไม่น้อยกว่า 200 มล. 	<ul style="list-style-type: none"> - น้ำลำไย - ขนมปังหน้าเนยนม (2 ชิ้น/คน) 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตรทะเล - หมูทอดกระเทียม - ผลไม้ตามฤดูกาล (กรณี เป็นผล 5-6 ผล/คน กรณี เป็นชิ้น 6-7 ชิ้นใหญ่/คน) - นมจืด ไม่น้อยกว่า 200 มล.

ตัวอย่าง

เมนูอาหารแบบท้ายภาคผนวก 1

น่องไก่ ไม่น้อยกว่าขนาดกลาง



(นักเรียนได้รับน่องไก่ไม่น้อยกว่า 4 น่อง/คน)

ปีกบนไก่ ไม่น้อยกว่าขนาดกลาง



(นักเรียนได้รับน่องไก่ไม่น้อยกว่า 4 ปีก/คน)



กระตูดหมูอ่อน

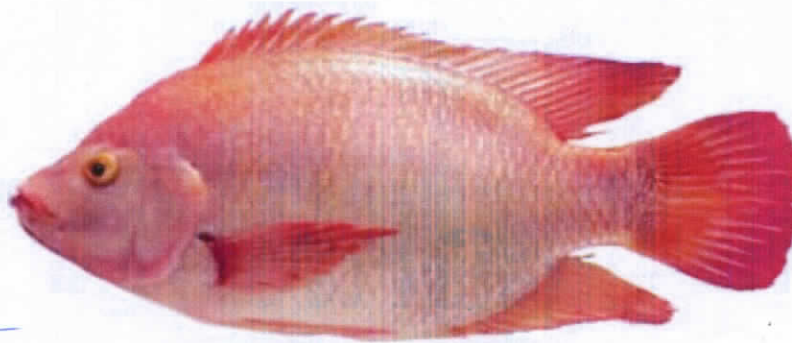


ปลานิล ขนาดตัวละไม่น้อยกว่า 700 กรัม



ปลานิล

ปลาทับทิม ขนาดตัวละไม่น้อยกว่า 700 กรัม

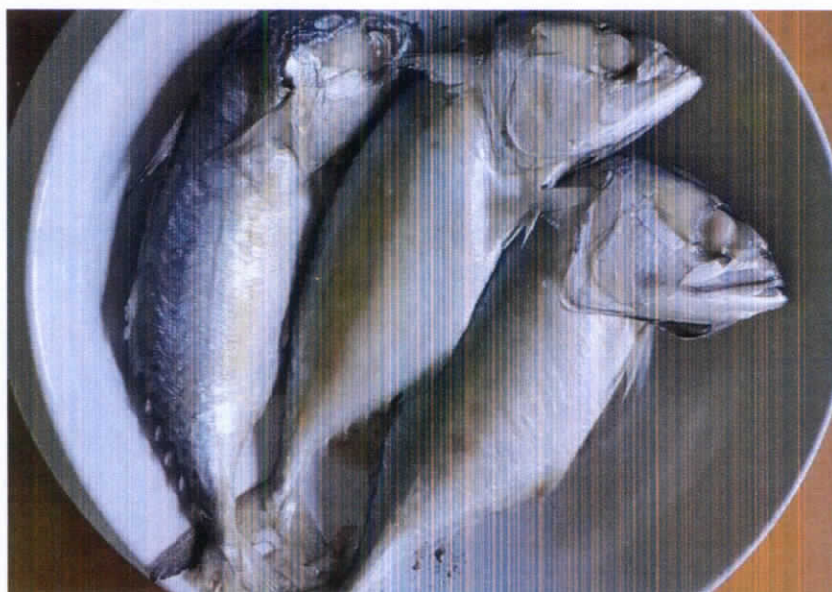


หน้า 26 จาก 30

ปลาดุก ตัวละไม่น้อยกว่า ขนาดกลาง (ไซส์ M)



ปลาหู ตัวละไม่น้อยกว่าขนาดกลาง (ไซส์ M)



A handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and a horizontal line at the top.

A handwritten signature in blue ink, featuring a large, stylized initial 'S' followed by a horizontal line and a small flourish.

A handwritten signature in blue ink, appearing to be a name followed by a date or initials.

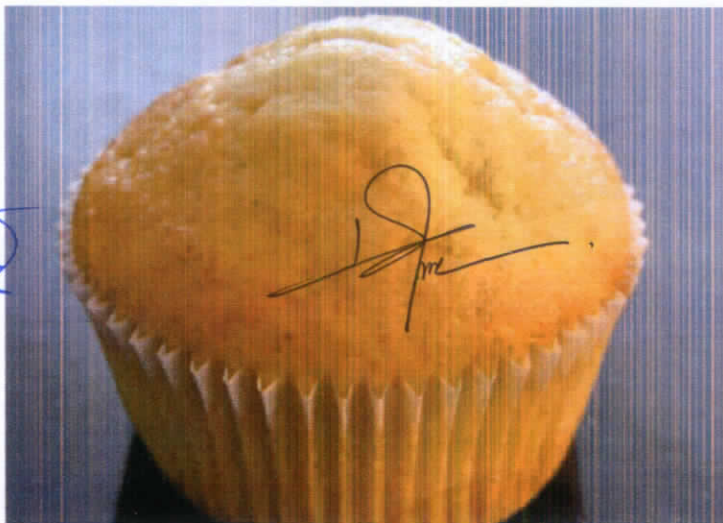
ปลาทูสต ไม่ต่ำกว่าขนาดตัว ไซต์กลาง (M)



เค้กส้ม + ไบเตย



เค้กกล้วยหอม (ขนาดใหญ่)



[Handwritten signature]

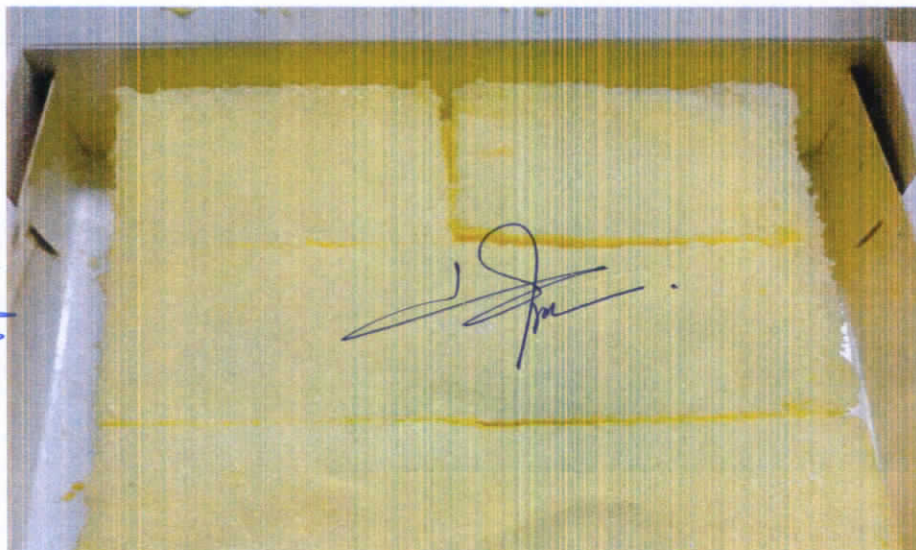
[Handwritten signature]

ขนมปังเนยสด (ขนาดใหญ่)



ขนมปังเนยสด

เค้กเนยสด (ชิ้นใหญ่)

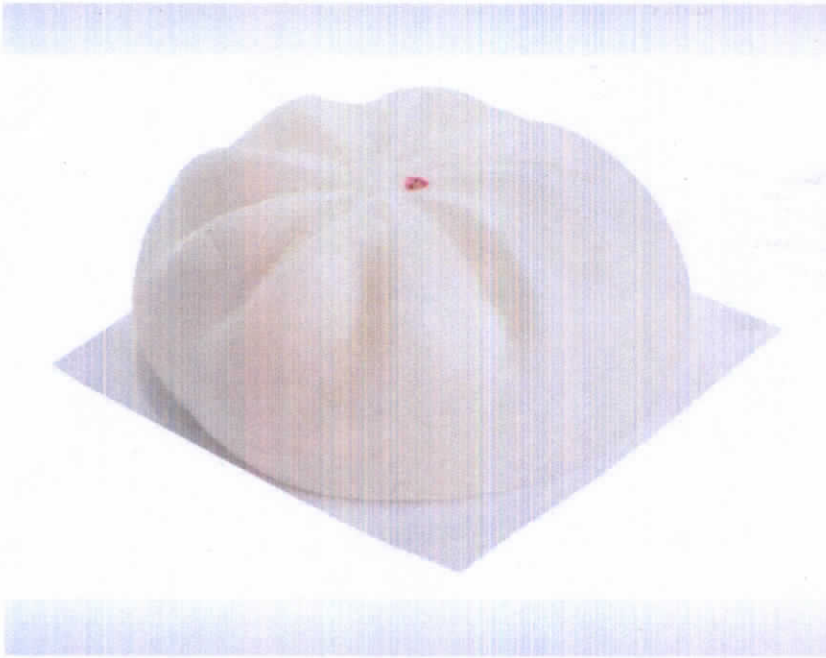


1/2

1/2

Carly 88.

ซาลาเปาลูกใหญ่



กะหรี่ปั๊บนั่นใหญ่



A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized, overlapping loops and lines.

A handwritten signature in blue ink, featuring a large, prominent loop and a horizontal line extending to the right.

A handwritten signature in blue ink, appearing to be a name followed by a date, possibly 'C... 88'.

ภาคผนวก ๒

รายละเอียดราคาที่เสนอ

สำหรับการจ้างเหมาประกอบอาหารสำเร็จรูปพร้อมบริการสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัด.....

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนกีฬาจังหวัด.....

ด้วยบริษัท/ห้างหุ้นส่วน/ร้าน.....

อยู่บ้านเลขที่.....ตำบล/แขวง.....อำเภอ/เขต.....

จังหวัด.....โทรศัพท์.....โดย.....

ข้าพเจ้าขอเสนอราคาจ้างเหมาประกอบอาหารสำเร็จรูปพร้อมบริการสำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัด..... ซึ่งเป็นราคาที่รวมภาษีมูลค่าเพิ่มรวมทั้งภาษีอากรอื่น และค่าใช้จ่ายที่ส่งไว้ด้วยแล้ว โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ตั้งแต่วันที่ 4 พฤษภาคม 2565 - 30 กันยายน 2565 จำนวนนักเรียน 380 คน อัตราวันละ..... บาทต่อคน จำนวน 150 วัน เป็นเงิน

ลงชื่อ.....ผู้เสนอราคา

(.....)

ตำแหน่ง.....

ประทับตรา (ถ้ามี)

// หมายเหตุ

หมายเหตุ วิธีคิด

- จำนวนนักเรียนและจำนวนวัน ทั้งสองช่วงต้องตรงกับจำนวนในขอบเขตของงาน (TOR)
- อัตราค่าอาหารวันละต่อคน แปรผันตามจำนวนเงินที่เสนอราคา

ตัวอย่างวิธีคิด

1. จากขอบเขตของงาน (TOR)

ช่วงที่ 1 ตั้งแต่วันที่ 1 ธันวาคม 2562 – 29 มีนาคม 2563 จำนวนนักเรียน 350 คน อัตราวันละ 120 บาทต่อคน จำนวน 119 วัน เป็นเงิน 4,998,000 บาท

ช่วงที่ 2 ตั้งแต่วันที่ 4 พฤษภาคม 2562 – 30 กันยายน 2563 จำนวนนักเรียน 380 คน อัตราวันละ 120 บาทต่อคน จำนวน 150 วันเป็นเงิน 6,840,000 บาท

รวมเป็นเงิน 11,838,000 บาท (สิบเอ็ดล้านแปดแสนสามหมื่นแปดพันบาทถ้วน)

2. สมมติว่าเสนอราคา 9,865,000 บาท

3. วิธีคิดเพื่อจะลงอัตราค่าอาหารวันละ.....ต่อคน

$$(350 \text{ คน} \times 119 \text{ วัน} \times \text{อัตราวันละ} X \text{ บาทต่อคน}) + (380 \text{ คน} \times 150 \text{ วัน} \times \text{อัตราวันละ} X \text{ บาทต่อคน}) = 9,865,000$$

$$41,650X + 57,000X = 9,865,000$$

$$98,650X = 9,865,000$$

$$X = \frac{9,865,000}{98,650}$$

$$98,650$$

$$X = 100$$

สรุป

ช่วงที่ 1 ตั้งแต่วันที่ 1 ธันวาคม 2562 – 29 มีนาคม 2563 จำนวนนักเรียน 350 คน อัตราวันละ 100 บาทต่อคน จำนวน 119 วัน เป็นเงิน 4,165,000 บาท

ช่วงที่ 2 ตั้งแต่วันที่ 4 พฤษภาคม 2562 – 30 กันยายน 2563 จำนวนนักเรียน 380 คน อัตราวันละ 100 บาทต่อคน จำนวน 150 วันเป็นเงิน 5,700,000 บาท

รวมเป็นเงิน 9,865,000 บาท (เก้าล้านแปดแสนหกหมื่นห้าพันบาทถ้วน)

ภาคผนวก 3

มาตรฐานด้านสุขาภิบาลอาหาร กรมอนามัย

ข้อกำหนดด้านสุขาภิบาลอาหารสำหรับโรงอาหาร

1. สถานที่รับประทานอาหาร และบริเวณทั่วไป

- สะอาด เป็นระเบียบ
- โถ้ะ เก้าอี้สะอาด แข็งแรง จัดเป็นระเบียบ
- มีการระบายอากาศที่ดี

2. บริเวณที่เตรียม - ปรงอาหาร

- สะอาด เป็นระเบียบ พื้นทำด้วยวัสดุถาวร แข็ง เรียบ สภาพดี
- มีการระบายอากาศ รวมทั้งกลิ่นและควันจากการทำอาหารได้ดี เช่น มีปล่องระบายควัน หรือ

พัดลมดูดอากาศที่ใช้การได้ดี

- ไม่เตรียมและปรงอาหารบนพื้น
- โต้ะเตรียม - ปรง และผนังบริเวณเตาไฟต้องทำด้วยวัสดุที่ทำความสะอาดง่าย

(เช่น สแตนเลส กระเบื้อง) มีสภาพดี และพื้นโต้ะต้องสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

3. ตัวอาหาร น้ำ น้ำแข็ง เครื่องดื่ม

- อาหารและเครื่องดื่มในภาชนะบรรจุที่ปิดสนิท ต้องมีเลขสารบบอาหาร
- อาหารสด เช่น เนื้อสัตว์ ผักสด ผลไม้ และอาหารแห้ง มีคุณภาพดี แยกเก็บเป็นสัดส่วน ไม่ปะปนกัน วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม. หรือเก็บในตู้เย็น ถ้าเป็นห้องเย็น ต้องวางอาหารสูงจากพื้นอย่างน้อย 30 ซม. สำหรับอาหารสดต้องล้างให้สะอาดก่อนนำมาปรง
- อาหารและเครื่องดื่มในภาชนะบรรจุที่ปิดสนิท มีคุณภาพดี เก็บเป็นระเบียบสูงจากพื้นอย่างน้อย 30 ซม.

- อาหารที่ปรงสำเร็จแล้ว เก็บในภาชนะที่สะอาด มีการปกปิด วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

- มีตู้สำหรับปกปิดอาหารที่ปรงสำเร็จแล้ว และด้านหน้าของตู้ต้องเป็นกระจก

- น้ำดื่ม เครื่องดื่ม น้ำผลไม้ต้องสะอาด ใส่ในภาชนะที่สะอาดมีฝาปิด มีก๊อกหรือทางรินน้ำหรือมี

อุปกรณ์ที่มีด้ามสำหรับตักโดยเฉพาะและวางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

- น้ำแข็งที่ใช้บริโภคต้องสะอาด ใส่ในภาชนะที่สะอาดมีฝาปิดมีอุปกรณ์ที่มีด้ามสำหรับคีบหรือตัก

โดยเฉพาะ วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม. และต้องไม่มีสิ่งของอื่นแชรรวมไว้

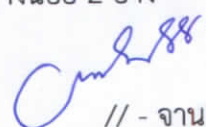
4. ภาชนะอุปกรณ์

- ภาชนะอุปกรณ์ เช่น จาน ชาม ช้อน ส้อม ฯลฯ ต้องทำด้วย วัสดุที่ไม่เป็นอันตราย เช่น สแตนเลส กระเบื้องเคลือบขาว แก้ว อลูมิเนียม เมลามีนสีขาว หรือสีอ่อน สำหรับตะเกียบต้องเป็นไม้ไม่ตกแต่ง สี หรือพลาสติกสีขาว

- ภาชนะใส่น้ำดื่มสายชู น้ำปลา และน้ำจิ้ม ต้องทำด้วยแก้ว กระเบื้องเคลือบขาว มีฝาปิด และ ช้อนตักทำด้วยกระเบื้องเคลือบขาว หรือสแตนเลส สำหรับเครื่องปรงอื่น ๆ ต้องใส่ในภาชนะที่ทำความสะอาดง่าย มีฝาปิด และสะอาด

- ล้างภาชนะอุปกรณ์ด้วยวิธีการอย่างน้อย 2 ขั้นตอน โดยขั้นตอนที่ 1 ล้างด้วยน้ำยาล้างภาชนะ และขั้นตอนที่ 2 ล้างด้วยน้ำสะอาด 2 ครั้ง หรือล้างด้วยน้ำไหล และอุปกรณ์การล้างต้องสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

- ใช้อ่างล้างภาชนะอุปกรณ์ที่มีท่อระบายน้ำที่ใช้การได้ดี อย่างน้อย 2 อ่าง



// - จาน ชาม ถ้วย แก้วน้ำ ...

- จาน ชาม ถ้วย แก้วน้ำ ถาดหลุม ฯลฯ เก็บไว้ในภาชนะหรือตะแกรง วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม. หรือเก็บในภาชนะหรือสถานที่ที่สะอาดมีการปกปิด

- ซ้อน ส้อม ตะเกียบ วางตั้งเอาด้ามขึ้นในภาชนะโปร่ง สะอาด หรือวางเป็นระเบียบในภาชนะที่สะอาดและมีการปกปิด ตั้งสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

- เชียงต้องมีสภาพดี ไม่แตกร้าวหรือเป็นร่อง มีเขียงใช้เฉพาะอาหารสุกและอาหารดิบแยกจากกัน มีฝาซีครอบ (ยกเว้นครีวที่มีการป้องกันแมลงวันแล้ว)

5. การรวบรวมขยะ และน้ำโสโครก

- ใช้ถังขยะที่ไม่รั่วซึม และมีฝาปิด

- มีท่อหรือรางระบายน้ำที่มีสภาพดีไม่แตกร้าว ระบายน้ำจากห้องครัวและที่ล้างภาชนะอุปกรณ์ลงสู่ท่อระบายหรือแหล่งบำบัดได้ดี และต้องไม่ระบายน้ำเสียลงสู่แหล่งน้ำสาธารณะโดยตรง

- มีบ่อดักเศษอาหารและดักไขมันที่ใช้การได้ดี ก่อนระบายน้ำเสียทิ้ง

6. ห้องน้ำ ห้องส้วม

- ห้องน้ำ ห้องส้วมต้องสะอาด ไม่มีกลิ่นเหม็น มีน้ำใช้เพียงพอ

- ห้องส้วมแยกเป็นสัดส่วน ประตูไม่เปิดสู่บริเวณที่เตรียม - บรรจุอาหาร ที่ล้างและเก็บภาชนะอุปกรณ์ ที่เก็บอาหารและต้องมีอ่างล้างมือที่ใช้การได้ดี อยู่ในบริเวณห้องส้วม

7. ผู้ปรุง ผู้เสิร์ฟ

- แต่งกายสะอาด สวมเสื้อมีแขน

- ผูกผ้ากันเปื้อนสีขาว หรือมีเครื่องแบบ ผู้ปรุงจะต้องใส่หมวกหรือเน็ตคลุมผมด้วย

- ต้องเป็นผู้มีสุขภาพดี ไม่เป็นโรคติดต่อ ไม่เป็นโรคผิวหนัง สำหรับผู้ปรุงจะต้องมีหลักฐานการตรวจสุขภาพในปีนั้น ให้ตรวจสอบได้

- มีสุขนิสัยที่ดี เช่น ตัดเล็บสั้น ไม่สูบบุหรี่ในขณะที่ปฏิบัติงาน ไม่ใช้มือหยิบจับอาหารที่ปรุงเสร็จแล้วโดยตรง

