



ประกาศเทศบาลตำบลท่าขนอน
เรื่อง รายการอาหารกลางวัน ประจำเดือน มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๘
ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลท่าขนอน

ด้วยศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลท่าขนอน ได้จัดโครงการอาหารกลางวันสำหรับเด็กตามระบบแนะนำสำหรับอาหารกลางวันโรงเรียนแบบอัตโนมัติ Thai School Lunch (TSL) เพื่อให้เด็กได้รับประทานอาหารกลางวันที่มีคุณภาพ มีคุณค่าทางโภชนาการ สะอาด และปลอดภัยต่อสุขภาพ และมีปริมาณที่เพียงพอ ทั้งเป็นการส่งเสริมให้เด็กมีพฤติกรรมมารบรโภคนิยม และผลไม้หรือขนมหวาน

ดังนั้น เพื่อให้ผู้ปกครองและประชาชนทราบโดยทั่วกัน ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลท่าขนอน จึงขอประกาศรายการอาหารกลางวัน ประจำเดือน มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๘ มาเพื่อทราบโดยทั่วกัน รายละเอียดตามที่แนบ

จึงประกาศให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๗

(นายเฉลิมเกียรติ เวชกุล)

รองนายกเทศมนตรี ปฏิบัติราชการแทน
นายกเทศมนตรีตำบลท่าขนอน

โครงการอาหารกลางวัน
ตารางเมนูอาหารกลางวันเด็กเล็ก ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลท่าขนอน
ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๗

เดือน มกราคม ๒๕๖๘

วัน เดือน ปี	รายการอาหาร	หมายเหตุ
๒ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวผัดกะเพราไก่ ใส่น้ำจิ้ม ถั่วฝักยาว หอมใหญ่ ๑.๕ ทัพพี - แกงจืดสามสหายหมู ลูกชิ้นปลา ๒ ทัพพี - แตงโม ๓ ชิ้นพorc ๕๕ กรัม	
๓ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - แกงจืดกะหล่ำปลี แครอท ไข่ต้ม ลูกชิ้นปลา ๒ ทัพพี - ตับไก่สุก ๑ ชิ้นเล็ก ๓ กรัม (เท่า ๑ ช้อนนิ้วก้อย) - แครกซ็อกโกแลต ๑ ชิ้นสี่เหลี่ยม ๔๐ กรัม ขนาด ๒x๒ นิ้ว หนา ๒ นิ้ว	

โครงการอาหารกลางวัน
ตารางเมนูอาหารกลางวันเด็กเล็ก ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลท่าขนอน
ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๗

เดือน มกราคม ๒๕๖๘

วัน เดือน ปี	รายการอาหาร	หมายเหตุ
๖ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - แกงจืดตำลึง แครอท หมูสับ ใส่ตับ ๒ ทัพพี - ลาบหมู ใส่ตับ (ไม่ใส่พริก) ผักสด ๑ ทัพพี - ขนมไข่ ๑ ชิ้น ๒๕ กรัม ขนาด ๒.๕ นิ้ว หนา ๑.๕ นิ้ว	
๗ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ก๋วยเตี๋ยวผัดซีอิ๊วเส้นหมี่ขาวไก่ ตับ ใส่ไข่ ค่ะน้า ข้าวโพดอ่อน ๑.๕ ทัพพี - ไข่ต้ม ๑/๒ ฟอง ๒๕ กรัม - แดงโม ๓ ชิ้นพอกำ ๕๕ กรัม	
๘ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - แกงจืดผักเขียวหมูสับ ๒ ทัพพี - ยำปลาทู (ไม่ใส่พริก) ๑ ทัพพี - ฝรั่ง ๑/๔ ผลส่วนที่กินได้ ๖๒ กรัม	
๙ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - แกงจืดแตงกวายัดไส้หมูสับ ใส่ตับ แครอท ๒ ทัพพี - ไข่เค็ม ๑/๒ ฟอง ๒๙ กรัม - สาลี่ ๑/๔ ผล ส่วนที่กินได้ ๕๕ กรัม	
๑๐ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - ไข่พะโล้หมู ใส่เต้าหู้ (ไข่ ๑/๒ ฟอง) - ยำปลาทู (ไม่ใส่พริก) ๑ ทัพพี - แครอทต้ม ๑.๕ ช้อนกินข้าว ๑๕ กรัม - มะละกอสุก ๕ ชิ้นพอกำ ๖๐ กรัม	

โครงการอาหารกลางวัน
ตารางเมนูอาหารกลางวันเด็กเล็ก ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลท่าขนอน
ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๗

เดือน มกราคม ๒๕๖๘

วัน เดือน ปี	รายการอาหาร	หมายเหตุ
๑๓ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - ต้มยำรวมมิตร (กุ้งไก่ลูกชิ้นปลา) เห็ดฟาง (ไม่ใช่พริก) ๒ ทัพพี - ไข่เจียว ๑/๔ ฟอง ๑๔ กรัม - ส้มเขียวหวาน ๑/๒ ผล ส่วนที่กินได้ ๓๕ กรัม	
๑๔ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - แกงจืดวุ้นเส้นหมูสับ ลูกชิ้นหมู ผักกาดขาว ๒ ทัพพี - ไข่ต้ม ๑/๒ ฟอง ๒๕ กรัม - แอปเปิ้ล ๑/๒ ผลเล็ก ส่วนที่กินได้ ๕๕ กรัม	
๑๕ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - แกงจืดสามสหายหมู ลูกชิ้นปลา ๒ ทัพพี - ไก่ปั้นก้อนทอด ผักเคียง ๒ ซ้อนกินข้าว - แก้วมังกร ๓ ชิ้นพอคำ ๕๕ กรัม	
๑๖ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใสเลือด ตำลึง ๒ ทัพพี - ยำปลาหู (ไม่ใช่พริก) ๑ ทัพพี - สาลี่ ๑/๔ ผล ส่วนที่กินได้ ๕๕ กรัม	
๑๗ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - แกงจืดผักกาดขาว แครอท หมูสับ ลูกชิ้นปลา ๒ ทัพพี - ปลาซาตินกระป๋อง ๑ ชิ้นเล็ก ๒๕ กรัม - ขนมปังแซนด์วิชทาแยมผลไม้รวม (๑ แผ่น)	

โครงการอาหารกลางวัน
ตารางเมนูอาหารกลางวันเด็กเล็ก ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลท่าขนอน
ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๗

เดือน มกราคม ๒๕๖๘

วัน เดือน ปี	รายการอาหาร	หมายเหตุ
๒๐ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวหมูแดง แต่งกว่า ๑.๕ ทัพพี - ไข่ต้ม ๑/๒ ฟอง ๒๕ กรัม - น้ำซุปรสหัวผักกาดขาว - สาลี่ ๑/๔ ผล ส่วนที่กินได้ ๕๕ กรัม	
๒๑ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวมันไก่ ตับ เลือด ซุปผัก แต่งกว่า ๑.๕ ทัพพี - ไข่ต้ม ๑/๒ ฟอง ๒๕ กรัม - แดงโม ๓ ชิ้นพorc ๕๕ กรัม	
๒๒ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ก๋วยเตี๋ยวน้ำเส้นบะหมี่ไก่ ลูกชิ้นไก่ ผักกวางตุ้ง ถั่วงอก ๒ ทัพพี - ตับไก่สุก ๑ ชิ้นเล็ก ๓ กรัม (เท่า ๑ ช้อนนิ้วก้อย) - ฝรั่ง ๑/๘ ผลส่วนที่กินได้ ๓๕ กรัม	
๒๓ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - แกลงหัวผักกาดไก่ ๒ ทัพพี - ไข่เค็ม ๑/๔ ฟอง ๑๕ กรัม - สาลี่ ๑/๔ ผล ส่วนที่กินได้ ๕๕ กรัม	
๒๔ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - ไข่พะโล้หมู ใส่เลือด หัวผักกาด (ไข่ ๑/๒ ฟอง) - ยำปลาทู (ไม่ใส่พริก) ๑ ทัพพี - แก้วมังกร ๓ ชิ้นพorc ๕๕ กรัม	

โครงการอาหารกลางวัน
ตารางเมนูอาหารกลางวันเด็กเล็ก ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลท่าขนอน
ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๗

เดือน มกราคม ๒๕๖๘

วัน เดือน ปี	รายการอาหาร	หมายเหตุ
๒๗ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - แกงจืดวุ้นเส้นไก่สับ ลูกชิ้นไก่ ผักกาดขาว ๒ ทัพพี - ไข่เค็ม ๑/๔ ฟอง ๑๕ กรัม - แก้วมังกร ๓ ชิ้นพอคำ ๕๕ กรัม	
๒๘ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวผัดหมู ใส่ไข่ คะนํ้า แครอท ๑.๕ ทัพพี - ไข่ต้ม ๑/๒ ฟอง ๒๕ กรัม - มะละกอสุก ๕ ชิ้นพอคำ ๖๐ กรัม	
๒๙ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ขนมจีนน้ำยาปักษ์ใต้ ไข่ต้ม ๑/๔ ฟอง (ขนมจีน๑จับ) ๒ ทัพพี - แครอทต้ม ๑.๕ ซ่อนกินข้าว ๑๕ กรัม - ฝรั่ง ๑/๔ ผลส่วนที่กินได้ ๖๒ กรัม	
๓๐ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - ไก่ต้มขมิ้นใส่ผักเขียว ๒ ทัพพี - ยำปลาหู (ไม่ใส่พริก) ๑ ทัพพี - แอปเปิ้ล ๑/๒ ผลเล็ก ส่วนที่กินได้ ๕๕ กรัม	
๓๑ /ม.ค./ ๒๕๖๘	- ข้าวสวยขาว ๙๐ กรัม ๑.๕ ทัพพี - ผัดกะเพราหมู ใส่ตับ ถั่วฝักยาว ๑ ทัพพี - ไข่ต้ม ๑/๒ ฟอง ๒๕ กรัม - เฉาก้วยข้าวโพด ๑.๕ ทัพพี	