

**รายละเอียดขอบเขตของงานและราคากลาง  
การดำเนินการจัดจ้างอาหารประจำวันนักเรียน  
ของโรงเรียนกีฬาคณะการบริหารส่วนจังหวัดแพร่(พัฒนาประชาอุปถัมภ์)**

**๑.ความเป็นมา**

โรงเรียนกีฬาคณะการบริหารส่วนจังหวัดแพร่ (พัฒนาประชาอุปถัมภ์) มีความประสงค์จะดำเนินการจัดจ้างประกอบอาหารปรุงสำเร็จพร้อมบริการ สำหรับนักเรียนโรงเรียนกีฬาคณะการบริหารส่วนจังหวัดแพร่ (พัฒนาประชาอุปถัมภ์) ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๗ จำนวน ๑๔๐ คน เป็นระยะเวลา ๙๐ วัน (ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม ถึงวันที่ ๓๑ มีนาคม ๒๕๖๘) เพื่อให้นักเรียนได้รับการบริการอาหารปรุงสำเร็จพร้อมรับประทานวันละ ๓ มื้อ ที่มีคุณค่า สะอาด ปลอดภัย ตลอดระยะเวลาที่เปิดทำการเรียนการสอน ร่างกายมีสุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์ แข็งแรง พร้อมสำหรับการเรียนและฝึกซ้อมกีฬา

**๒. วัตถุประสงค์**

๒.๑ เพื่อหาผู้รับจ้างที่มีคุณสมบัติ มีความพร้อมในการประกอบอาหารสำเร็จรูปพร้อมบริการสำหรับนักเรียน ให้ได้รับสารอาหารครบ ๕ หมู่ และถูกต้องตามหลักโภชนาการของนักกีฬาทั้งภายในและภายนอกสถานที่

๒.๒ เพื่อให้ได้ผู้รับจ้างที่มีขีดความสามารถในการบริหารจัดการที่ดี ถูกสุขลักษณะ อนามัยเพียงพอต่อความต้องการของนักเรียน ให้บริการได้อย่างรวดเร็ว ทันการณ์ มีคุณภาพตามมาตรฐานทางโภชนาการ และเป็นประโยชน์ต่อนักเรียน

**๓. คุณสมบัติผู้รับจ้าง**

๓.๑ ผู้รับจ้างหรือลูกจ้างที่มีความรู้ความสามารถในการเตรียมการประกอบอาหารตามหลักโภชนาการ พร้อมทั้งเป็นผู้มีมารยาท และพฤติกรรมบริการที่ดี

๓.๒ ต้องแจ้งบัญชีรายชื่อลูกจ้างของผู้รับจ้างพร้อมทั้งรายละเอียดรายบุคคล และทำทะเบียนประวัติให้โรงเรียน ๑ ชุด

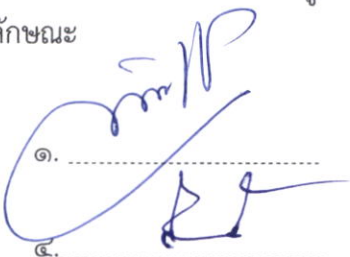
๓.๓ ผู้รับจ้างต้องผ่านการตรวจสุขภาพจากการแพทย์แผนปัจจุบันเป็นประจำทุกปี ตามแบบฟอร์มที่โรงเรียนกำหนด โดยมีใบรายงานผลห้องปฏิบัติการ (Lab), รายงานผลเอกซเรย์มาพร้อมกับใบรับรองแพทย์นำมาแสดงหลักฐานการตรวจสุขภาพทุกครั้งก่อนปฏิบัติงานและทุกครั้งที่เปลี่ยนพนักงาน

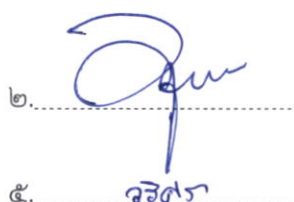
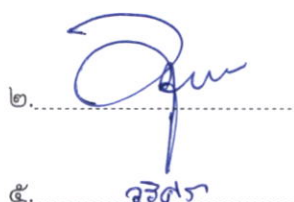
๓.๔ ผู้รับจ้างหรือลูกจ้างต้องได้รับอบรมด้านสุขาภิบาลอาหารและการบริการอาหารที่ดี โดยมีการฝึกอบรมบุคลากรด้านอาหารโภชนาการ อย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง เพื่อให้มีประสิทธิภาพในการทำงานภายใต้การกำกับของโรงเรียน

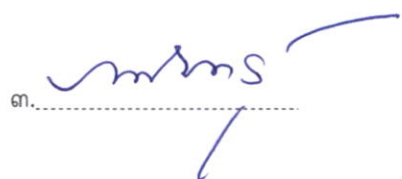
๓.๕ ผู้รับจ้างหรือลูกจ้างต้องแต่งกายให้ถูกสุขลักษณะ เหมาะสมและสะอาด เช่น มีผ้ากันเปื้อน มีผ้าปิดปาก-ปิดจมูก มีหมวกคลุมศีรษะ สวมถุงมือทุกครั้งที่สัมผัสอาหารและพนักงานต้องติดป้ายชื่อระหว่างปฏิบัติงานทุกครั้ง

๓.๖ ผู้รับจ้างหรือลูกจ้างจะต้องประพฤติตนตามระเบียบหรือเงื่อนไขที่โรงเรียนกำหนดโดยเคร่งครัด

๓.๗ ผู้รับจ้างจะต้องทำความสะอาดสถานที่ประกอบอาหาร สถานที่ให้บริการอาหาร ตลอดระยะเวลาการให้บริการ รวมถึงการกำจัดขยะมูลฝอยและเศษอาหารในสถานที่ประกอบอาหารและบริการให้สะอาดและเรียบร้อยถูกสุขลักษณะ

๑. 

๒.   
๕. 

๓. 

๓.๘ ผู้ประกอบอาหาร และลูกจ้างที่เกี่ยวข้องกับการส่งมอบอาหารและบริการให้กับนักเรียน ต้องผ่านการตรวจสุขภาพจากการแพทย์แผนปัจจุบัน แนบใบรับรองแพทย์ว่าปราศจากโรคติดต่อ โดยมีใบรายงานผลห้องปฏิบัติการ (Lab), รายงานผลเอกซเรย์มาพร้อมกับใบรับรองแพทย์ นำมาแสดงเป็นหลักฐานการตรวจสุขภาพก่อนปฏิบัติงานและทุกครั้งที่เปลี่ยนพนักงาน

๓.๙ ผู้รับจ้างต้องควบคุมดูแลผู้ให้บริการอาหารแก่นักเรียนให้แต่งกายให้ถูกสุขลักษณะ เหมาะสมและสะอาด เช่น มีผ้ากันเปื้อน มีผ้าปิดปาก-ปิดจมูก มีหมวกคลุมศีรษะ สวมถุงมือทุกครั้งที่สัมผัสอาหาร ติดป้ายชื่อระหว่างปฏิบัติงานทุกครั้ง และได้รับการตรวจสอบจาก กองสาธารณสุข องค์การบริหารส่วนจังหวัดแพร่ หรือ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทุ่งแก้ว ในเรื่องความสะอาด ของสถานที่ประกอบอาหาร

๓.๑๐ การประกอบอาหารมาจากภายนอกโรงเรียน หรือหากต้องประกอบอาหารภายในโรงเรียน ต้องใช้สถานที่ที่โรงเรียนกำหนดให้เท่านั้น และต้องดูแลรักษาความสะอาดในการประกอบอาหาร สถานที่ให้บริการอาหาร ตลอดระยะเวลาการให้บริการ รวมถึงการกำจัดขยะมูลฝอย และเศษอาหารในสถานที่ประกอบอาหาร และบริการให้สะอาดและเรียบร้อยถูกสุขลักษณะ

#### ๔. คุณลักษณะเฉพาะของการประกอบอาหาร

๔.๑ ต้องประกอบอาหารที่มีคุณภาพและมีคุณค่าทางโภชนาการเพื่อให้นักเรียนได้รับสารอาหารตามมาตรฐานที่กำหนด โดยมีตัวแทนผู้รับจ้าง และเจ้าหน้าที่โภชนาการและอนามัยโรงเรียน และคณะกรรมการตรวจรับงานจ้างของโรงเรียนร่วมตรวจสอบ

๔.๒ ผู้รับจ้างต้องปฏิบัติตามข้อเสนอแนะของเจ้าหน้าที่โภชนาการและอนามัยโรงเรียน และคณะกรรมการตรวจรับงานจ้างทันที หลังจากได้รับทราบผลการประเมิน

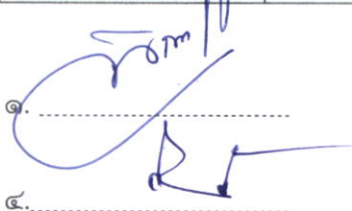
๔.๓ ผู้รับจ้างต้องส่งอาหารปรุงสำเร็จให้งานโภชนาการของโรงเรียน และคณะกรรมการที่ได้รับมอบหมายตรวจสอบทุกมื้อ

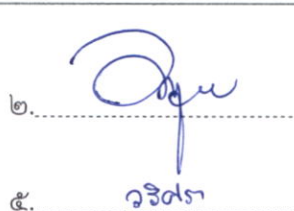
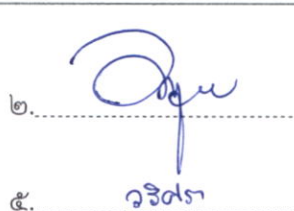
๔.๔ ผู้รับจ้างต้องประกอบอาหารตามรายการที่โรงเรียนกำหนด หากมีการเปลี่ยนแปลงจะต้องขออนุญาตพร้อมชี้แจงเหตุผลในการขอเปลี่ยนแปลงและต้องได้รับอนุญาตจากโรงเรียนก่อนทุกครั้งจึงจะสามารถเปลี่ยนแปลงได้

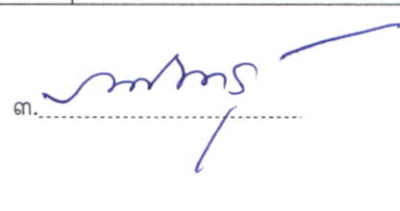
#### ๕. ข้อกำหนดในรายละเอียดการประกอบอาหาร

ประเภทอาหาร

มื้ออาหาร	รายการอาหาร	หมายเหตุ
มื้อเช้า	ข้าวสวยพร้อมกับข้าว ๒ อย่าง หรือ อาหารจานเดียวพร้อมกับข้าว ๑ อย่าง ผลไม้ตามฤดูกาล และนม	กรณีเป็นอาหารจานเดียวตามคุณลักษณะเฉพาะอาหารในสัญญาณนี้ต้องได้รับอนุญาตตามรายการอาหารจากโรงเรียน
มื้อเที่ยง	ข้าวสวยพร้อมกับข้าว ๒ อย่าง หรือ อาหารจานเดียวพร้อมกับข้าว ๑ อย่าง ขนมหวานหรือผลไม้ตามฤดูกาล และนม	
มื้อเย็น	ข้าวสวยพร้อมกับข้าว ๒ อย่าง หรือ อาหารจานเดียวพร้อมกับข้าว ๑ อย่าง ผลไม้ตามฤดูกาล และนม	

๑. 

๒.   
๕. 

๓. 



โดยกำหนดราคาที่ ๑๑๐ บาท ต่อคน ต่อวัน ตามมติที่ประชุมคณะกรรมการกำหนดขอบเขตของงานและ  
ราคากลางการจัดจ้างอาหารประจำวันนักเรียนของโรงเรียนกีฬาส่งการปกครองส่วนจังหวัดแพร่(พัฒนาประชาธิปไตย)

## ๖. การบริการอาหารสำหรับนักเรียน

### ๖.๑ มีอาหารและการบริการอาหาร

#### จันทร์ - ศุกร์

(๑) อาหารเช้า	บริการเวลา	๐๖.๐๐-๐๗.๑๕ น.
(๒) อาหารเที่ยง	บริการเวลา	๑๑.๓๐-๑๒.๓๐ น.
(๓) อาหารเย็น	บริการเวลา	๑๗.๓๐-๑๘.๔๐ น.

#### วันเสาร์ อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์

(๑) อาหารเช้า	บริการเวลา	๐๘.๐๐-๐๙.๓๐ น.
(๒) อาหารเที่ยง	บริการเวลา	๑๒.๐๐-๑๓.๓๐ น.
(๓) อาหารเย็น	บริการเวลา	๑๘.๐๐-๑๙.๐๐ น.

หมายเหตุ หากมีการเปลี่ยนแปลงเวลาจากนี้โรงเรียนจะแจ้งให้ผู้รับจ้างทราบล่วงหน้า

๖.๒ การลำเลียงขนส่งอาหาร ต้องดำเนินการด้วยความระมัดระวังและปลอดภัย โดยต้องปิดฝาภาชนะให้  
มิดชิด ถูกสุขลักษณะ

๖.๓ ในกรณีที่นักเรียนเดินทางไปแข่งขันหรือทำกิจกรรมนอกสถานที่ ผู้รับจ้างจะต้องจัดอาหารกล่องตาม  
รายการอาหารที่กำหนดในวันนั้น ๆ ให้กับนักเรียนตามเวลาที่โรงเรียนแจ้งให้ทราบล่วงหน้า

๖.๔ การบริการอาหารสำหรับนักเรียนต้องเป็นไปตามที่โรงเรียนกีฬาส่งการปกครองส่วนจังหวัดแพร่(พัฒนา  
ประชาธิปไตย) กำหนด ดังนี้

- จัดเตรียมอุปกรณ์สำหรับรับประทานอาหาร เช่น ถ้วย จาน ชาม ตะเกียบ ถาดหลุม โดยต้องทำ  
ความสะอาดให้ถูกหลักสุขอนามัย

- น้ำที่ใช้สำหรับประกอบอาหารจะต้องสะอาดผ่านการกรองที่ถูกสุขลักษณะ

- การบริการอาหารสำหรับนักเรียนที่นับถือศาสนาอิสลาม ให้ดำเนินการดังนี้

(๑) แยกภาชนะที่ใช้ประกอบอาหาร และอุปกรณ์สำหรับการรับประทานอาหารให้ชัดเจน  
เป็นส่วน

(๒) อาหารต้องสะอาดและถูกหลักตามหลักศาสนาอิสลาม

๖.๕ วัตถุดิบที่นำมาประกอบอาหาร ต้องเป็นไปตามที่โรงเรียนกีฬาส่งการปกครองส่วนจังหวัดแพร่(พัฒนา  
ประชาธิปไตย) กำหนด ดังนี้

(๑) เนื้อสัตว์ต้องสด ไม่มีกลิ่นเหม็น ไม่มีมันปนมากเกินไป และเป็นเนื้อจากโรงฆ่าสัตว์ที่ได้รับอนุญาต  
จากหน่วยงานที่เชื่อถือได้ และได้รับการตรวจสอบว่าปลอดภัยไม่มีโรค

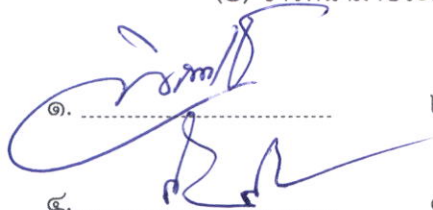
(๒) ผลไม้ต้องใหม่สด มีคุณภาพ ไม่เหี่ยว ไม่มีสารเคมีและสารฆ่าแมลงปนเปื้อน

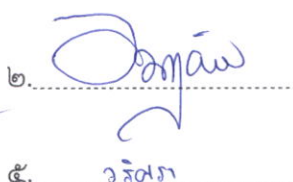
(๓) ผักต้องใหม่สด มีคุณภาพ ไม่แก่ไม่เหี่ยว และต้องใช้ผักปลอดสารพิษ

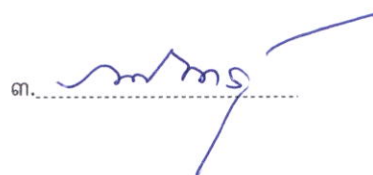
(๔) อาหารสำเร็จรูปเครื่องปรุง น้ำและนม ต้องไม่มีสารที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย ต้องมีฉลากบอกวัน  
ผลิตวันหมดอายุ และต้องไม่หมดอายุก่อนบริโภค

(๕) น้ำมันที่นำมาประกอบอาหาร จะต้องไม่นำมาประกอบอาหารซ้ำในครั้งต่อ ๆ ไป

(๖) ข้าวที่นำมาประกอบอาหารต้องมีคุณภาพดี ไม่อ่อนและไม่แข็งเกินไป

๑. 

๒.   
๕. วรวิภา

๓. 

๖.๖ สถานที่ประกอบอาหารและบริเวณให้บริการอาหาร ให้ใช้สถานที่ที่โรงเรียนจัดให้ โดยผู้รับจ้างจะต้องทำความสะอาดทุกวัน ถูกสุขลักษณะตามมาตรฐานกองสุขาภิบาลอาหารและกรมอนามัย

๖.๗ โรงเรียนจะแจ้งยอดนักเรียนตามใบแจ้งยอดนักเรียนประจำวันแก่ผู้รับจ้าง ล่วงหน้าอย่างน้อย ๑ วัน

๖.๘ โรงเรียนจะเบิกจ่ายค่าอาหารตามจำนวนยอดนักเรียนที่มีอยู่จริง และจะเบิกจ่ายให้ตามงวดที่กำหนดไว้ในประกาศและสัญญา

## ๗. การบอกเลิกสัญญา

๗.๑ เงื่อนไขในการบอกเลิกสัญญามีการประเมินดังต่อไปนี้

(๑) การดำเนินการของผู้รับจ้างไม่เป็นไปตามพันธสัญญาและเงื่อนไขที่ทางโรงเรียนกำหนด

(๒) ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมินเรื่องคุณภาพอาหารและการให้บริการตามที่โรงเรียนกำหนด

๗.๒ เหตุของการบอกเลิกสัญญา มีเงื่อนไขดังนี้

เมื่อมีเหตุตามเงื่อนไขการบอกเลิกสัญญาข้อใดข้อหนึ่งโรงเรียนจะจัดทำหนังสือแจ้งและกำหนดระยะเวลาให้ผู้รับจ้างทราบ เพื่อให้ปรับปรุงแก้ไข หากยังไม่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขในระยะเวลาที่กำหนดโรงเรียนจะพิจารณาบอกเลิกสัญญาต่อไป

## ๘. การตรวจรับ

คณะกรรมการตรวจรับ สามารถตรวจสอบคุณภาพอาหารได้ตลอดกระบวนการประกอบอาหารและทุกเวลา หากคณะกรรมการตรวจรับแจ้งหรือแนะนำผู้รับจ้างต้องดำเนินการตามที่คณะกรรมการแจ้งหรือแนะนำทันที

### เกณฑ์การตรวจรับ

(๑) ปริมาณอาหารที่จัดให้นักเรียนต้องเพียงพอต่อความต้องการและเหมาะสมกับจำนวนของนักเรียน (สามารถเติมอาหารได้)

(๒) ลักษณะการประกอบอาหาร ต้องถูกต้องตามหลักสุขาภิบาลอาหาร

(๓) ต้องบริการด้วยความสุภาพ ถูกสุขลักษณะ ทันเวลา

(๔) เป็นไปตามรายละเอียดคุณลักษณะ/เมนู ที่โรงเรียนกำหนด

(๕) การให้บริการอาหารต้องเป็นไปตามระยะเวลาตามข้อ ๖.๑

## ๙. เงื่อนไขอื่น ๆ

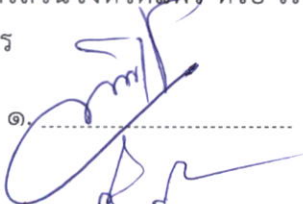
๙.๑ สถานที่ประกอบอาหารให้ใช้โรงอาหารของโรงเรียนหรือสถานที่ที่ทางโรงเรียนกำหนด

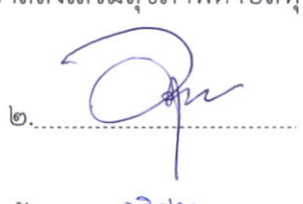
๙.๒ กรณีผู้รับจ้างยืมครุภัณฑ์และวัสดุงานบ้านงานครัวของโรงเรียนใช้ระหว่างการทำสัญญาจ้าง โรงเรียนจะจัดทำบัญชีครุภัณฑ์และวัสดุงานบ้านงานครัวให้กับผู้รับจ้าง และผู้รับจ้างจะต้องทำบัญชีส่งคืนให้โรงเรียนเมื่อหมดสัญญาจ้าง หากเกิดกรณีครุภัณฑ์ชำรุดภายหลังการรับมอบ ผู้รับจ้างจะต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการซ่อมบำรุง และกรณีที่วัสดุงานบ้านงานครัวชำรุดเสียหาย ผู้รับจ้างต้องจัดหาวัสดุดังกล่าวมาชดเชยเทียบเท่าหรือดีกว่าเดิม

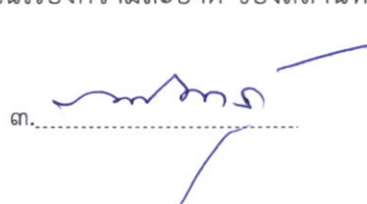
๙.๓ โรงเรียนจะเตรียมระบบประปาและไฟฟ้าให้ผู้รับจ้างตามสมควร

๙.๔ ค่าใช้จ่ายด้านสาธารณูปโภค ผู้รับจ้างจะต้องรับผิดชอบ เช่น ค่าไฟฟ้าและค่าบำรุงรักษาการปรับซ่อม การปรับเปลี่ยนวัสดุ อุปกรณ์และครุภัณฑ์ อันเนื่องมาจากการใช้งานของผู้รับจ้าง

๙.๕ สถานที่ประกอบอาหาร กระบวนการประกอบอาหาร ต้องถูกสุขลักษณะตามหลักสุขาภิบาล เช่น สถานที่เก็บอาหารสด อาหารแห้ง บริเวณที่เตรียมอาหาร (ล้าง, หั่น, ปอก) บริเวณที่ปรุงอาหาร บริเวณที่เก็บอาหารปรุงสำเร็จแล้ว และการป้องกันดูแลความสะอาดของอาหารปรุงสำเร็จแล้ว และได้รับการตรวจสอบจาก กองสาธารณสุข องค์การบริหารส่วนจังหวัดแพร่ หรือ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทุ้งแก้ว ในเรื่องความสะอาด ของสถานที่ประกอบอาหาร

๑. 

๒.   
๕. วิจิตร

๓. 



๙.๖ ผู้รับจ้างต้องให้ความร่วมมือในการพัฒนาสิ่งแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกอาคารให้สะอาด เรียบร้อย ปลอดภัย สวยงามทุกวัน

๙.๗ อุปกรณ์ภาชนะที่ใส่อาหาร ต้องเป็นภาชนะที่ทำจาก สแตนเลส เมลามีน เซรามิคหรือกระเบื้อง ที่ถูกหลัก สุขาภิบาล ในกรณีภาชนะใส่อาหารไม่เพียงพอ ผู้รับจ้างต้องจัดซื้อภาชนะที่มีรูปแบบเดียวกันกับที่โรงเรียนกำหนด เช่น ถาด ตะเกียบ และถ้วยสแตนเลสหรือเซรามิคใส่อาหาร และถาดอาหารว่าง และมีจำนวนเพียงพอ

๙.๘ ผู้รับจ้างต้องให้พนักงานทำความสะอาดบริเวณพื้น โต๊ะ ชั้น ทุกวัน และทำความสะอาด พัดลม กระจก ทุกสัปดาห์ ให้ถูกสุขลักษณะตามที่กรมอนามัยกำหนด

๙.๙ ผู้รับจ้างต้องดูแลรักษาทำความสะอาดบริเวณที่ประกอบอาหารตามสมควรแก่กรณี ดังนี้

(๑) ต้องดักไขมันออกจากบ่อดักไขมัน เพื่อควบคุมระบบระบายน้ำเสีย ควรดักไขมันทุก ๆ วัน หรือทุก ครั้งที่มีเศษไขมันมากหรือตามความจำเป็น

(๒) ต้องล้างทำความสะอาดพื้น ผนัง ร่องระบายน้ำ บริเวณสถานที่ประกอบอาหารและบริเวณ โดยรอบทั่ว ๆ ไป ให้สะอาด

(๓) ต้องล้างทำความสะอาดภาชนะ วัสดุ อุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาหารและทำความสะอาด ภาชนะด้วยน้ำยาล้างจานเท่านั้น ห้ามใช้ผงซักฟอก และทำให้แห้งตามหลักสุขาภิบาลอาหาร

๙.๑๐ กรณีเกิดเหตุขึ้นกับตัวอาคาร เช่น ไฟไหม้ ทำให้ตัวอาคารเสียหาย ขณะที่ผู้รับจ้างดำเนินการอยู่ หรือ เกิดจากความประมาทเลินเล่อของผู้รับจ้างหรือลูกจ้าง ผู้รับจ้างต้องรับผิดชอบทุกกรณี

๙.๑๑ กรณีที่นักเรียนเกิดความผิดปกติ จากการรับประทานอาหารที่ผู้รับจ้างให้บริการและคณะกรรมการ ตรวจรับงานจ้างและเจ้าหน้าที่โภชนาการและอนามัยโรงเรียน สามารถตรวจสอบและสันนิษฐานได้ว่าเกิดจากอาหารที่ผู้ รับจ้างให้บริการผู้รับจ้างต้องรับผิดชอบดังนี้

๑. ค่าชดเชยค่าเสียหายเป็นค่าการเดินทางมาเผ้าไข้ที่นักเรียนที่เจ็บป่วย ตามหลักฐานการจ่ายจริงของ ผู้ปกครองนักเรียน

๒. ค่าเยียวานนักเรียนที่พักรักษาตัวเป็นคนไข้ในโรงพยาบาล รายละเอียด ๒๔๐ บาท / คืน

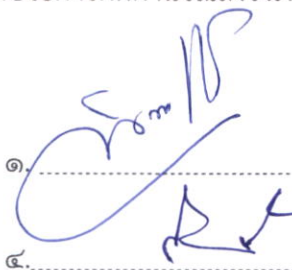
๙.๑๒ ผู้รับจ้างต้องยินยอมให้คณะกรรมการตรวจรับงานจ้าง ตรวจสอบมาตรฐานคุณภาพอาหารตามกำหนด

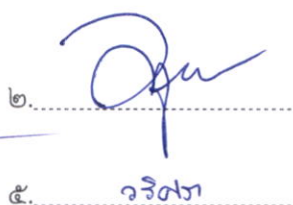
๙.๑๓ กรณีที่ผู้รับจ้างไม่สามารถส่งมอบอาหารให้ทันตามเวลาที่กำหนด หรือไม่สามารถบริการอาหารได้ตาม สัญญานี้ และโรงเรียนยังมิได้บอกเลิกสัญญา ผู้รับจ้างจะต้องชำระค่าปรับให้แก่โรงเรียนเป็นรายวัน ในอัตราร้อยละ ๐.๒๐ ของวงเงินตามสัญญาและค่าเสียหายอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นจริงอันเนื่องมาจากการจ้างผู้อื่นหรือจัดอาหารให้สำหรับ นักเรียนในวันนั้น ๆ

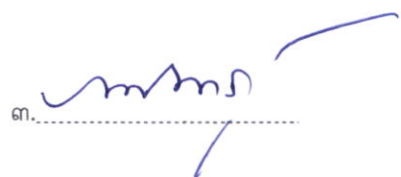
๙.๑๔ ผู้รับจ้างต้องปฏิบัติตามข้อกำหนด ในรายละเอียดประกอบการจ้างเหมาที่แนบท้ายสัญญาจ้าง

๙.๑๕ ผู้รับจ้างต้องให้ความร่วมมือกับโรงเรียนในการประหยัดพลังงานไฟฟ้าตามมติคณะรัฐมนตรี และตาม นโยบายของโรงเรียน

กรณีที่ผู้เสนอราคาชนะการเสนอราคา ก่อนลงนามในสัญญา ผู้ชนะการเสนอราคา จะต้องแจ้งให้โรงเรียน ทราบวิธีการคิดคำนวณถึงวงเงินที่เสนอราคาต่อคน ต่อวัน

๑. 

๒.   
จรัสชา

๓. 

## คุณลักษณะเฉพาะอาหาร

### ประเภทข้าว

รายการ	คุณลักษณะ
ข้าวสวย	ใช้ข้าวที่นุ่ม (มียาง ข้าวไม่รวน)
ข้าวเหนียว	ใช้ข้าวที่นุ่ม (มียาง ข้าวไม่รวน)

### อาหารจานเดียว

รายการ	คุณลักษณะ
ข้าวต้มทรงเครื่อง	ข้าว, หมูสับ, กุ้งแห้ง, ผัก, กระเทียมเจียว
ข้าวหมูแดง	ข้าว, หมูแดง, ผักเคี้ยว
ข้าวหมูกรอบ	ข้าว, หมูกรอบ, ผักเคี้ยว
ข้าวขาหมู	ข้าว, หมู, ไข่, ผักเคี้ยว
โจ๊ก (หมู, ไข่)	ข้าว, หมู, ไข่
ข้าวคลุกกะปิ	ข้าว, หมูหวาน, ไข่, ผักเคี้ยว, กุนเชียง
ราดหน้า	ใส่ผักรวม ผักต้องสุก ใส่หมู, ไข่, กุ้ง, หมึก
ผัดซีอิ้ว	ใส่อาหารทะเล, ไข่, หมู, ไข่, เนื้อ
ผัดไทย	ใส่อาหารทะเล, ไข่, หมู, ไข่, เนื้อ
ก๋วยเตี๋ยว	หมู, ไข่, เนื้อ, ผัก
สุกี้	หมู, ไข่, เนื้อ, ผัก, ไข่, ปลาหมึก, กุ้ง
ขนมจีน น้ำยากะทิ, น้ำต้มหมู, น้ำยาป่า, น้ำเงี้ยว, แฉงเขียวหวานไก่	ขนมจีน, หมู, ไข่, พร้อมผัก
ก๋วยจั๊บน้ำใส	ไข่, หมู, ไข่เส้นก๋วยจั๊บน้ำใส พร้อมไข่ต้ม ๑ ซีก
กระเพาะปลา	ไข่นกกระทา, กระเพาะปลา, หน่อไม้
ข้าวซอย	เส้นข้าวซอย, หนองไข่, หมู, ลูกชิ้น
กระเพราหมูสับ/หมูกรอบ/ไข่/ลูกชิ้นหมู	ไข่, หมูสับ, หมูกรอบ, ถั่วฝักยาว, หอมหัวใหญ่, ลูกชิ้นหมู
ผัดผักบุ้งหมูสับ	ผักบุ้ง, หมูสับ
ข้าวผัด	ผัก, ไข่, หมู
ข้าวหมกไก่	ข้าว, ไข่, ผักเคี้ยว
ข้าวหมูทอด	ข้าว, หมู, ผักเคี้ยว
ก๋วยเตี๋ยวหมูต้มยำ	เส้นก๋วยเตี๋ยว, หมู, ลูกชิ้น
ผัดผักรวมมิตร	ผัก, หมู
ปลาราดพริก	ปลานิลทอด, น้ำพริกสด
หมูทอดกระเทียม	หมู, กระเทียม
ข้าวผัดอเมริกัน	ข้าว, ข้าวโพด, ถั่วลันเตา, แครอท, ไข่, หมู
น้ำพริกกะปิ+ผักทอด	กะปิ, พริกขี้หนู, ผัก

๑.

๒.

๓.

๔.

๕.

จ.วิเศษ



รายการ	คุณลักษณะ
ผัดพริกแกงหัวใส่หมู	หัวพริกยาว,หมู
ผัดวันเส้น	วันเส้น,ไข่,หมู
ผัดกะหล่ำปลีใส่หมู	กะหล่ำปลี,หมู
ไข่ลูกเขย	ไข่,น้ำราด
ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำตก	เส้นก๋วยเตี๋ยว,หมู,ลูกชิ้น,ผัก
ผัดเผ็ดปลาตุก	ปลาตุก,พริกแกง
ผัดเห็ดรวมหมูชิ้น	เห็ด,หมู
ลาบหมู (เหนื่อ) / ลาบหมู (อีสาน)	หมูสับ,เครื่องในหมู,พริกลาบ,ผักเคียง
คั่วกลิ้งหมู	หมูสับ,พริกแกง
ผัดคะน้าหมูกรอบ/หมูชิ้น	ผักคะน้า,หมูกรอบ,หมูชิ้น
พะแนงไก่/หมู	เนื้อไก่,เนื้อหมู,พริกแกง
ราดหน้าหมู	เส้นใหญ่,หมู
ลาบไก่	ไก่บด,พริกลาบ,ผักเคียง
เกาเหลาหมูลูกชิ้น	หมู,ลูกชิ้น,ผัก
ข้าวผัดกุ้งเซียง	ข้าว,กุ้งเซียง,ไข่
น้ำพริกอ่อง	หมูสับ,ไข่,พริกแกง
ส้มตำ	มะละกอ,เครื่องส้มตำ
หน่อไม้ผัดพริกแกงใส่หมู	หน่อไม้,หมู,พริกแกง
ก๋วยจั๊บน้ำข้น	เส้นก๋วยจั๊บน้ำข้น,หมู,เครื่องในหมู,ไข่,โคร่งไก่
ผัดพริกหยวกใส่ตับ	พริกหยวก,ตับ
น้ำพริกปลา	เนื้อปลา,พริก,ผักเคียง
ผัดเผ็ดลูกชิ้นปลากราย	ลูกชิ้นปลากราย,พริกแกง
ผัดไทยเส้นเล็กหมู	เส้นก๋วยเตี๋ยว,กุ้งแห้ง,หมู,ไข่
น้ำตกหมู	หมูย่าง,พริกป่น,ข้าวคั่ว,ผักเคียง
น้ำพริกหนุ่ม	พริกหนุ่ม
ยำวันเส้นรวมมิตร	วันเส้น,หมูสับ,กุ้ง,น้ำยำ
ผัดเห็ดฟางใส่หมู	เห็ดฟาง,หมู
เครื่องในไก่ผัดขิง	เครื่องในไก่,ขิง
ผัดพริกเผาหมูกรอบ	หมูกรอบ,พริกเผา
บะหมี่เกี๊ยวหมูแดง	เส้นบะหมี่,เกี๊ยวหมู,หมูแดง
ปลาสามรส	ปลาทอด,น้ำราด
ผัดบวบใส่หมู+ไข่	บวบ,เนื้อหมู,ไข่
ผัดผงกะหรี่ไก่	เนื้อไก่,ไข่,ผงกะหรี่

๑.

๔.

๒.

๕.

๓.

วิธีทำ

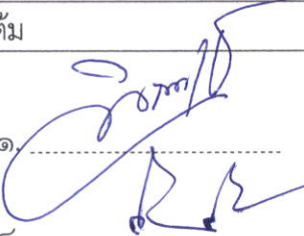

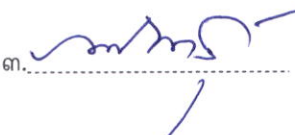



รายการ	คุณลักษณะ
ผัดเปรี้ยวหวานไก่	เนื้อไก่,แตงกวา,สับปะรด
หมูยอผัดพริกเผา	หมูยอ,พริกเผา
ผัดผักกาดทองใส่ไข่	ผักกาดทอง,ไข่
ก๋วยเตี๋ยวเย็นตาโฟ	เส้นก๋วยเตี๋ยว,ปลาเส้น,ลูกชิ้นปลา,ซอสเย็นตาโฟ
ไก่น้ำแดง	สะโพก,น่องไก่,ปีกไก่แบบเต็ม
ฉู่ฉี่ปลาตอลี่	เนื้อปลาตอลี่,พริกแกง

#### อาหารประเภทแกงเผ็ด/แกงจืด

รายการ	คุณลักษณะ
ไข่พะโล้	ไข่,หมูสามชั้น,เต้าหู้
ต้มจืดผักใส่หมู	ผัก,หมูสับ,แครอท
ต้มจืดลูกรอกหมูสับ	ผักกาด,ลูกรอก,แครอท,หัวไชเท้า,หมูสับ
แกงเขียวหวานลูกชิ้นปลา/หมู/ไก่	มะเขือเปราะ,โหระพา,ลูกชิ้นปลา,หมู,ไก่
ต้มข่าไก่ใส่เห็ด	น่องไก่,เห็ดนางฟ้า
ต้มจืดวุ้นเส้นหมูสับ	วุ้นเส้น,หมูสับ
ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ	สาหร่าย,หมูสับ
ต้มจืดเต้าหู้หมูสับ	เต้าหู้ไข่,หมูสับ
แกงเทโพใส่หมูสามชั้น	ผักบุ้ง,หมูสามชั้น,พริกแกง
แกงไก่ใส่ผัก	น่องไก่,ผัก
ต้มเลือดหมู	เนื้อหมู,เลือดหมู,เครื่องในหมู,ผักกาดหอม
ต้มจืดหน่อไม้ใส่หมู	หน่อไม้สด,หมู
ตุ๋นผักใส่น่องไก่	น่องไก่,ผัก
แกงส้มชะอมทอด	ชะอม,ไข่,ไข่เต๋า
ต้มจืดไข่น้ำ	ไข่,หมูสับ
แกงส้มหมูใส่เห็ด	หมู,เห็ดนางฟ้า,เห็ดฟาง
แกงเผ็ดหมู	หมู,มะเขือเปราะ,โหระพา,พริกแกง
ต้มยำรวมมิตร	หมู,กุ้ง,ปลาหมึก,เห็ด
ต้มยำขาหมู	ขาหมู,เห็ด
ต้มจืดกะหล่ำปลีใส่หมู	กะหล่ำปลี,หมู

#### อาหารประเภทไข่

รายการ	คุณลักษณะ	จำนวน
ไข่เจียว	เบอร์ ๐	๑ ฟอง
ไข่ดาว	เบอร์ ๐	๑ ฟอง
ไข่ต้ม	เบอร์ ๐	๑ ฟอง

๑.  ๒.  ๓.   
๔.  ๕.  ๖. 




อาหารประเภททอด

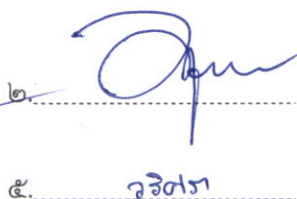
รายการ	คุณลักษณะ	จำนวน
ทอดดอกทอด	ขนาด ๑๐๐ กรัม	๖-๘ ชิ้น (พorc)
ปลาทอด	ขนาด ๒๐๐ กรัม	๑ ตัวขนาดกลาง, ๒ ตัวขนาดเล็ก
ทอดมันปลา	ชิ้นละ ๒ นิ้ว	๕-๖ ชิ้น
หมูทอด (ชิ้น)	หั่นเป็นชิ้นพorc	๑ หลุมเล็ก
ไก่ทอด (ชิ้น)	หั่นเป็นชิ้นพorc	๑ หลุมเล็ก
ไก่ทอด (น่อง)	ขนาดน่องใหญ่	๑ น่อง

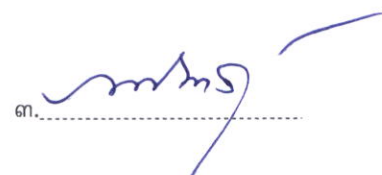
หมายเหตุ ดูตามความเหมาะสม และให้เพียงพอต่อความต้องการของนักเรียน

ประเภทผลไม้

รายการ	คุณลักษณะ	จำนวน
เงาะโรงเรียน	ต้องสด และไม่มีกลิ่นเหม็น	๔-๖ ผล
แตงโม	หั่นเป็นชิ้นพorc	๕-๖ ชิ้น
ส้มเขียวหวาน	มีรสชาติหวานอมเปรี้ยว	๑ ผลใหญ่
ลองกอง	ต้องสด	๖ ผลใหญ่
ลางสาด	ต้องสด	๑๐ ผลใหญ่
มะม่วงดิบ	หั่นเป็นชิ้น (มัน,เปรี้ยว)	๕-๖ ชิ้นใหญ่
ฝรั่ง	หั่นเป็นชิ้น	๕-๖ ชิ้น
องุ่น	สดไม่เปรี้ยว	๘-๑๐ ผลใหญ่
สับปะรด	มีรสเปรี้ยว+หวาน	๕-๖ ชิ้น
แอปเปิ้ล	สด กรอบ	๓-๖ ชิ้น
กล้วยหอม	สุก	๑ ผล
กล้วยไข่, กล้วยเล็บมือนาง, กล้วยน้ำว้ากล้วยหอม	สุก	๒-๔ ผล
สาลี่	หวาน กรอบ	๓-๖ ชิ้น
ชมพู	หั่นเป็นชิ้น	๓-๔ ชิ้น
ลำไย	สด กรอบ หวาน	๑๐ ผล
ลิ้นจี่	สด หวาน	๖ ผล
ส้มโอ	มีรสเปรี้ยวหวาน	๓ กลีบ
มังคุด	หวานอมเปรี้ยว	๓ ผล ขนาดกลาง
แตงไทย	หวาน	๘-๑๐ ชิ้น
พุทรา	สด หวาน กรอบ	๔-๖ ผล
แก้วมังกร	สด หวาน	ครึ่งผล
น้อยหน่า	สดหวาน	๑ ผล
มะละกอ	สด หวาน ไม่ละ	๕-๖ ชิ้น
มันแกว	สด หวาน กรอบ	๔-๖ ชิ้น

๑. 


๒.   
๕. วรวิภา

๓. 

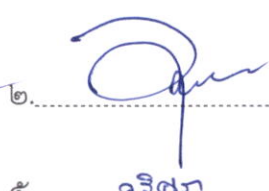
ประเภทขนมหวาน

รายการ	คุณลักษณะ	จำนวน
กล้วยบวดชี	ใช้กล้วยสุกปานกลาง (๕-๖ ชิ้น)	๑ ถ้วย
แกงบวดเผือก	ใช้เผือกที่มีผลแก่	๑ ถ้วย
แกงบวดฟักทอง	หวาน มัน ใช้หัวกะทิ	๑ ถ้วย
แกงบวดข้าวโพด	หวาน มัน ใช้ข้าวโพดไม่แก่เกินไป	๑ ถ้วย
แกงบวดเตี๋ย	หวาน มัน ลูกเตี๋ยต้มไม่เละเกินไปใช้หัวกะทิ	๑ ถ้วย
แกงบวดมัน	หวาน มัน ใช้หัวกะทิ	๑ ถ้วย
เต้าส่วน	สุก นุ่ม	๑ ถ้วย
บัวลอยสามสหาย	เม็ดบัวลอยไม่ใหญ่เกินไป ใส่เผือก ฟักทอง	๑ ถ้วย
บัวลอยไข่หวาน	เม็ดบัวลอยไม่ใหญ่เกินไป ใส่เผือก ฟักทอง ไข่ไก่	๑ ถ้วย
บัวลอยมะพร้าวอ่อน	เม็ดบัวลอยไม่ใหญ่เกินไป ใส่เผือก ฟักทอง มะพร้าวอ่อน	๑ ถ้วย
ข้าวต้มมัด	ถั่วลิสง กล้วย	๑ คู่ (๒ ชิ้น)
ทับทิมกรอบกะทิ	หวาน มัน ใช้หัวกะทิ	๑ ถ้วย
ลอดช่องสิงคโปร์	หวาน มัน ใช้หัวกะทิ	๑ ถ้วย
กล้วยเชื่อม	ใช้กล้วยสุกปานกลาง (๕-๖ ชิ้น)	๑ ถ้วย
ข้าวเหนียวถั่วดำ	ถั่วดำนุ่มไม่แข็ง	๑ ถ้วย
ถั่วแดงน้ำเชื่อม	ถั่วแดงไม่ขึ้นรา	๑ ถ้วย

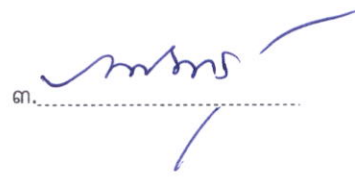
รายการ	คุณลักษณะ	จำนวน
รวมมิตร	ใส่ลอดช่องสิงคโปร์ ลอดช่องเขียว มะพร้าวอ่อน ทับทิม ขนุน ข้าวโพดต้ม วุ้นมะพร้าว ใช้หัวกะทิ	๑ ถ้วย
ฟักทองเชื่อม+น้ำกะทิ	ใช้ฟักทองแก่ และหัวกะทิ	๒ ชิ้น
มันเชื่อม+กะทิ	ใช้หัวกะทิ	๓ ชิ้น
สาคุเปียกข้าวโพด+น้ำกะทิ	ข้าวโพดไม่แก่เกินไป ใช้หัวกะทิ หวานมัน	๑ ถ้วย
สาคุเปียกเผือก+น้ำกะทิ	เผือกสุก ใช้หัวกะทิ	๑ ถ้วย
ลอดช่องน้ำกะทิ	ลอดช่องเขียว ใช้หัวกะทิ	๑ ถ้วย
เผือกถนอมสด น้ำแข็ง	ใช้เผือกถนอมสด หวานมัน น้ำแข็งก้อนเล็ก	๑ ถ้วย
ข้าวเหนียวดำเปียกมะพร้าวอ่อน	ใช้มะพร้าวอ่อน และหัวกะทิ	๑ ถ้วย
สับปะรดเชื่อม	ใช้สับปะรดเปรี้ยว+หวาน	๑ ถ้วย

๑. 

๔. ....

๒. 

๕. จริตภา

๓. 



ประเภทนม

รายการ	คุณลักษณะ	จำนวน
นมจืด	ไม่หมดอายุ มีส่วนผสมนํ้านมโค ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ ขนาดไม่ต่ำกว่า ๑๘๐ มล.	๒๒๖ มื้อ
นมเปรี้ยว	ไม่หมดอายุ มีส่วนผสมโยเกิร์ต (นํ้านมโค, นมผงขาดมันเนย, นมผงเต็มมันเนย) ไม่น้อยกว่า ๕๐ เปอร์เซ็นต์ ขนาดไม่ต่ำกว่า ๑๘๐ มล.	๕๐ มื้อ
นมหวาน	ไม่หมดอายุ มีส่วนผสมนํ้านมโค ๕๐ เปอร์เซ็นต์ ขนาดไม่ต่ำกว่า ๑๘๐ มล.	๕๐ มื้อ
นมช็อกโกแลต	ไม่หมดอายุ มีส่วนผสมนํ้านมโค ๕๐ เปอร์เซ็นต์ ขนาดไม่ต่ำกว่า ๑๘๐ มล.	๕๐ มื้อ
นมถั่วเหลือง	ไม่หมดอายุ มีส่วนผสมนํ้านมถั่วเหลือง/ นํ้านมอัลมอนต์ไม่น้อยกว่า ๙๐ เปอร์เซ็นต์ ขนาดไม่ต่ำกว่า ๑๘๐ มล.	๕๐ มื้อ

หมายเหตุ ระยะเวลาในการประกอบอาหาร จำนวน ๙๐ วัน จำนวน ๒๗๐ มื้อ

(ลงชื่อ)

(นายนิคม ปัญญา)

ประธานกรรมการ

(ลงชื่อ)

(นายอัมฤช ฤทธิ)

กรรมการ

(ลงชื่อ)

(นายพงษ์พันธ์ ยองไย)

กรรมการ

(ลงชื่อ)

(นางสุดารัตน์ สุวรรณโคตร)

กรรมการ

(ลงชื่อ)

วริศรา  
(นางสาววริศรา ธงชัยเลิศ)

กรรมการ

อนุมัติ

(นายอนุวัธ วงศ์วรรณ)

นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดแพร่

**รายละเอียดแบบท้ายขอบเขตงานและคุณลักษณะราคาการจ้างทำอาหารประจำวัน**  
**ตามโครงการค่าอาหารประจำวันนักเรียนโรงเรียนกีฬาองค์การบริหารส่วนจังหวัดแพร่ ( พัฒนาประชาธิปไตย )**  
**ประจำเดือน มกราคม 2568**

ว / ค / ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
1	ข้าวสวย กระเพราหมูสับ ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	สุกี้หมู หมูทอด รวมมิตร	นม ถั่วเหลือง	ข้าวสวย ผัดผักบุ้งหมูสับ ไข่พะโล้ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
2	ข้าวผัดหมู ต้มจืดผักใส่หมู องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	ข้าวกลูกกะปิ ทุเรียน+หมูหวาน ต้มจืดลูกรอกหมูสับ กล้วยบวชชี	นม ช็อคโก แลต	ข้าวสวย แกงเขียวหวานลูกชิ้นปลา ไข่เจียว ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว
3	ข้าวสวย ผัดพริกแกงตัวใส่หมู ต้มจืดวุ้นเส้นหมูสับ กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมถั่ว เหลือง	ก๋วยเตี๋ยวหมูต้มยำ ไข่ต้ม เฉาก๊วยนมสด	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดผักรวมมิตร ไข่เจียว ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมจืด
4	ข้าวต้มทรงเครื่อง ไข่ลวก องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย กะเพราหมูกรอบ ไข่ดาว ทับทิมกรอบกะทิ	นมจืด	ข้าวสวย ปลาราดพริก หมูทอดกระเทียม ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม ช็อคโก แลต
5	ข้าวผัดอเมริกัน ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	น้ำพริกกะปิ+ผักทอด ปลาพาทอด สาหร่ายข้าวโพด	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดวุ้นเส้น ต้มยำไก่ใส่เห็ด ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมถั่ว เหลือง



ว/ค/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
6	ข้าวสวย ผัดกะหล่ำปลีใส่หมู ไข่ลูกเขย องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมช็อค โกแลต	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำตก ไข่ต้ม ลอดช่องน้ำกะทิ	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดเผ็ดปลาตูก ต้มเลือดหมู ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
7	โจ๊กหมู ไข่ลวก ขนมปังใส่ไส้แฮม/นม/ เนย กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวขาหมู ไข่ต้ม เต้าส่วน	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ลาบหมู (เหนือ) ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมช็อค โกแลต
8	ข้าวสวย ก๋วยเตี๋ยวหมู ต้มจืดเต้าหู้หมูสับ องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย แกงเทโพใส่หมูสามชั้น ไข่เจียว ข้าวเหนียวคำเปียก มะพร้าวอ่อน	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดกะหล่ำหมูกรอบ ไข่ดาว ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
9	ข้าวสวย พะแนงไก่ ไข่เจียว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมช็อค โกแลต	ราดหน้าหมู ไข่ต้ม แกงบวนผักทอง	นมจืด	ข้าวสวย ลาบไก่+ผักสด เกาเหลาหมูตุ๋น ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
10	ข้าวผัดกุ้งเจียง ต้มจืดฟักใส่หมู องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	น้ำพริกถั่ว+ผักสด ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ครองแครงกะทิ	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ต้มข่าไก่ใส่เห็ด หมูทอด ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว
11	ข้าวหมูแดง ไข่ต้ม ต้มจืดลูกรอกหมูสับ กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นม เปรี้ยว	ข้าวเหนียว ส้มตำ น่องไก่/ปีกไก่ต้มทอด บัวลอยมะพร้าวอ่อน	นมจืด	ข้าวสวย ลาบหมูอีสาน ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม ช็อคโก แลต

ว/ด/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
12	ข้าวสวย หน่อไม้ผัดพริกแกงใส่หมู ไข่เจียวหมูสับ องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	ก๋วยจั๊บน้ำข้น ไข่ต้ม สาหร่ายยึกเผือก	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย แกงไก่ใส่พริก ทอดมันปลา ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม หวาน
13	ข้าวสวย ผัดเห็ดรวมหมูชิ้น ต้มจืดหน่อไม้ใส่หมู กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ผัดพริกแกงลวกข้าวใส่หมูชิ้น ต้มจืดฟักใส่หมู รวมมิตร	นม ช็อคโก แลต	ข้าวสวย ผัดพริกหยวกใส่ตับ ไข่ดาว ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมจืด
14	ข้าวสวย กระเพราไก่ ไข่ดาว องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม ถั่ว เหลือง	ข้าวสวย น้ำพริกปลา+ผักสด หมูทอด ข้าวเหนียวถั่วดำ	นมจืด	ข้าวสวย ผัดเผ็ดลูกชิ้นปลาทู ต้นฟักใส่น่องไก่ ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม หวาน
15	ข้าวหมูกรอบ ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ผัดไทยเส้นเล็กหมู+ผัก สด ต้มจืดฟักใส่หมู บัวลอยไข่หวาน	นม ช็อคโก แลต	ข้าวสวย ผัดคะน้าหมูชิ้น ไข่ดาว ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม เปรี้ยว
16	ข้าวสวย คั่วกลิ้งหมู ต้มจืดวุ้นเส้นสาหร่าย องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย น้ำตกหมู เกาเหลาลูกชิ้นหมู รวมมิตร	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย แกงส้มชะอมทอด หมูทอดกระเทียม ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
17	ข้าวสวย กระเพราหมูชิ้น ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นม ถั่ว เหลือง	ข้าวเหนียว น้ำพริกหนม ผักลวก หมูทอด กล้วยบวชชี	นมจืด	ข้าวสวย ยำวุ้นเส้นรวมมิตร ผัดตับใส่พริกหยวก ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม เปรี้ยว



ว/ค/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
18	ข้าวสวย ผัดผักบุ้งหมูสับ ไข่พะโล้ องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	ข้าวสวย แกงไก่ใส่ผัก ผัดเห็ดฟางใส่หมู เจากุ้งนมสด	นมช็อค โกแลต	ข้าวสวย เครื่องในไก่ผัดขิง ต้มจืดผักใส่หมู ล่องกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว
19	ข้าวผัดหมู ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ผัดพริกแกงหน่อไม้ใส่สามชั้น ไข่เจียว ทับทิมกรอบกะทิ	นม หวาน	ข้าวสวย ผัดพริกเผาหมูกรอบ ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมจืด
20	ข้าวสวย กระเพราไก่ ไข่ดาว องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม ช็อคโก แลต	บะหมี่เกี๊ยวหมูแดง ไข่ต้ม สาเกูปะยักข้าวโพด	นมจืด	ข้าวสวย ปลาสามรส ต้มจืดไข่น้ำ ล่องกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม หวาน
21	ข้าวสวย ผัดบวบใส่หมู+ไข่ แกงส้มหมูใส่เห็ด กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวสวย ลาบหมูอีสาน+ผักสด ตุน่องไก่ใส่ผัก ลอดช่องน้ำกะทิ	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ต้มข่าไก่ใส่เห็ดนางฟ้า ผัดผักรวมมิตร ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม ช็อคโก แลต
22	ข้าวสวย คั่วกลิ้งไก่ ต้มจืดลูกรอกหมูสับ องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย แกงเขียวหวานหมู ผัดผักระหี้ไก่ เต้าส่วน	นมจืด	ข้าวสวย ผัดกะนํ้าใส่หมู เกาเหลาหมูลูกชิ้น ล่องกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม ถั่ว เหลือง
23	ข้าวสวย ผัดกะหล่ำปลีใส่หมู ไข่ลูกเขย กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวสวย แกงเผ็ดหมู ไข่เจียว ข้าวเหนียวคำเปี้ยก มะพร้าวอ่อน	นม หวาน	ข้าวสวย ผัดเปรี้ยวหวานไก่ ต้มยำรวมมิตร ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมช็อค โกแลต

ว/ด/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
24	ข้าวสวย กระเพราหมูสับ ไข่ดาว อรุ่่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม ถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ลาบหมูเห็ด+ผักสด ต้มเลือดหมู+เครื่องใน แกงบวดฟักทอง	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย น้ำพริกกะปิ ผักสด ปลาพาทอด ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
25	ข้าวสวย พะแนงหมู ไข่เจียว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ขนมจีนน้ำเงี้ยว+ผักลวก ไข่ต้ม ครองแครงกะทิ	นม ช็อคโก แลต	ข้าวสวย ผัดพริกแกงถั่วใส่หมู ต้มจืดวุ้นเส้นหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
26	ข้าวสวย ผัดผักบุ้งหมูสับ ไข่พะโล้ อรุ่่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมถั่ว เหลือง	ข้าวคดลูกกะปิ ไข่แข็ง+หมูหวาน ต้มจืดฟักใส่หมู บัวลอยมะพร้าวอ่อน	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย หมวยผัดพริกเผา เกาเหลาหมูลูกชิ้น ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
27	ข้าวสวย กระเพราลูกชิ้นหมู ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวสวย แกงเทโพใส่หมู ไข่เจียว สาเกูปะยอกเผือก	นมช็อค โกแลต	ข้าวสวย ผัดผักกาดดองใส่ไข่ ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
28	แกงเผ็ดหมู หมูทอด อรุ่่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	กล้วยเตี๋ยเย็นตาโฟ ไข่ต้ม รวมมิตร	นม หวาน	ข้าวสวย ไก่ต้มน้ำแดง ต้มยำขาหมู ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว
29	ข้าวสวย กระเพราหมูชิ้น ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวสวย จู้ดี่ปลาคอดลี ต้มจืดกะหล่ำปลีใส่หมู ข้าวเหนียวถั่วดำ	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย แกงเขียวหวานไก่ ไข่ต้ม ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมช็อค โกแลต



ว/ค/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
30	ข้าวสวย ผัดคะน้าหมูกรอบ ต้มยำไก่ อ่องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวขาหมู ไข่ต้ม แกงกะทียนสมศ	นม ถั่ว เหลียง	ข้าวสวย ปลาราคพริก หมูทอดกระเทียม ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
31	ข้าวสวย หน่อไม้ผัดพริกแกงใส่หมู ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวชอยน่องไก่ ไข่ต้ม สาเกูปีกข้าวโพด	นม หวาน	ข้าวสวย พะแนงไก่ ไข่เจียว ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม เปรี้ยว

**รายละเอียดเมนูท้ายขอบเขตงานและคุณลักษณะรายการจ้างทำอาหารประจำวัน**  
**ตามโครงการค่าอาหารประจำวันนักเรียนโรงเรียนกีฬาคณะการบริหารส่วนจังหวัดแพร่ ( พัฒนาประชากรอุปถัมภ์ )**  
**ประจำเดือน กุมภาพันธ์ 2568**

ว/ค/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
1	ข้าวสวย กระเพราหมูสับ ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	สุกี้หมู หมูทอด รวมมิตร	นม ถั่วเหลือง	ข้าวสวย ผัดผักนึ่งหมูสับ ไข่พะโล้ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
2	ข้าวผัดหมู ต้มจืดผักใส่หมู องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	ข้าวคั่วกอกะปิ ปรุงเสร็จ+หมูหวาน ต้มจืดลูกรอกหมูสับ กล้วยบวชชี	นม ชีสโก แลต	ข้าวสวย แกงเขียวหวานลูกชิ้นปลา ไข่เจียว ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว
3	ข้าวสวย ผัดพริกแกงถั่วใส่หมู ต้มจืดวุ้นเส้นหมูสับ กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมถั่ว เหลือง	ก๋วยเตี๋ยวหมูต้มยำ ไข่ต้ม เจาก๋วยนมสด	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดผักรวมมิตร ไข่เจียว ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมจืด
4	ข้าวต้มทรงเครื่อง ไข่ลวก องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย กะเพราหมูกรอบ ไข่ดาว ทับทิมกรอบกะทิ	นมจืด	ข้าวสวย ปลาราดพริก หมูทอดกระเทียม ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม ชีสโก แลต
5	ข้าวผัดอเมริกัน ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	น้ำพริกกะปิ+ผัดทอด ปลาทอด สาหร่ายข้าวโพด	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดวุ้นเส้น ต้มยำไก่ใส่เห็ด ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมถั่ว เหลือง

ว/ค/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
6	ข้าวสวย ผัดกะหล่ำปลีใส่หมู ไข่ลูกเขย องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมช็อค โกแลต	ถ้วยเดียวหมูน้ำตก ไข่ต้ม ลอคชองน้ำกะทิ	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดเผ็ดปลาตูก ต้มเลือดหมู ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
7	โจ๊กหมู ไข่ลวก ขนมปังใส่ไส้แฮม/นม/ เนย กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวขาหมู ไข่ต้ม เต้าส่วน	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ลาบหมู (เหนื่อ) ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมช็อค โกแลต
8	ข้าวสวย คั่วกลิ้งหมู ต้มจืดเต้าหู้หมูสับ องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย แกงเทโพใส่หมูสามชั้น ไข่เจียว ข้าวเหนียวคำเปือก มะพร้าวอ่อน	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดคะน้าหมูกรอบ ไข่ดาว ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
9	ข้าวสวย พะแนงไก่ ไข่เจียว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมช็อค โกแลต	ราดหน้าหมู ไข่ต้ม แกงบัวคัพักทอง	นมจืด	ข้าวสวย ลาบไก่+ผักสด เกาเหလာหมูลูกชิ้น ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
10	ข้าวผัดกุ้งเจียง ต้มจืดฟักใส่หมู องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	น้ำพริกถั่ว+ผักสด ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ครองแครงกะทิ	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ต้มข่าไก่ใส่เห็ด หมูทอด ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว
11	ข้าวหมูแดง ไข่ต้ม ต้มจืดตุกรอกหมูสับ กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นม เปรี้ยว	ข้าวเหนียว ส้มตำ น่องไก่/ปีกไก่เต็มทอด บัวลอยมะพร้าวอ่อน	นมจืด	ข้าวสวย ลาบหมูอีสาน ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม ช็อคโก แลต



ว/ด/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
12	ข้าวสวย หน่อไม้ผัดพริกแกงใส่หมู ไข่เจียวหมูสับ องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	กล้วยจิ้มน้ำจิ้ม ไข่ต้ม สาหร่ายแปะ	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย แกงไก่ใส่ผัก ทอดมันปลา ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม หวาน
13	ข้าวสวย ผัดเห็ดรวมหมูชิ้น ต้มจืดหน่อไม้ใส่หมู กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ผัดพริกแกงถั่วพิชชาวใส่หมูชิ้น ต้มจืดผักใส่หมู รวมมิตร	นม ช็อคโก แลต	ข้าวสวย ผัดพริกหยวกใส่ตับ ไข่ดาว ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมจืด
14	ข้าวสวย กระเพราไก่ ไข่ดาว องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม ถั่ว เหลือง	ข้าวสวย น้ำพริกปลา+ผัดสด หมูทอด ข้าวเหนียวถั่วดำ	นมจืด	ข้าวสวย ผัดเผ็ดลูกชิ้นปลากราย ตุ๋นผักใส่น่องไก่ ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม หวาน
15	ข้าวหมูกรอบ ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ผัดไทยเส้นเล็กหมู+ผัก สด ต้มจืดผักใส่หมู บัวลอยไข่หวาน	นม ช็อคโก แลต	ข้าวสวย ผัดคะน้าหมูชิ้น ไข่ดาว ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม เปรี้ยว
16	ข้าวสวย ก๋วยเตี๋ยว ต้มจืดวุ้นเส้นสาหร่าย องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย น้ำตกหมู เกาเหลาลูกชิ้นหมู รวมมิตร	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย แกงส้มชะอมทอด หมูทอดกระเทียม ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
17	ข้าวสวย กระเพราหมูชิ้น ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นม ถั่ว เหลือง	ข้าวเหนียว น้ำพริกหนุ่ม ผักลวก หมูทอด กล้วยบวชชี	นมจืด	ข้าวสวย ยำวุ้นเส้นรวมมิตร ผัดตับใส่พริกหยวก ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม เปรี้ยว

ว/ด/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
18	ข้าวสวย ผัดผักบุ้งหมูสับ ไข่พะโล้ อรุณ/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	ข้าวสวย แกงไก่ใส่ผัก ผัดเห็ดฟางใส่หมู เฉาก๊วยนมสด	นมช็อค โกแลต	ข้าวสวย เครื่องในไก่ผัดขิง ต้มจืดผักใส่หมู ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว
19	ข้าวผัดหมู ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ผัดพริกแกงหน่อไม้ใส่สามชั้น ไข่เจียว ทับทิมกรอบกะทิ	นม หวาน	ข้าวสวย ผัดพริกเผาหมูกรอบ ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมจืด
20	ข้าวสวย กระเพราไก่ ไข่ดาว อรุณ/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม ช็อคโก แลต	บะหมี่เกี๊ยวหมูแดง ไข่ต้ม สาหร่ายยักข้าวโพด	นมจืด	ข้าวสวย ปลาสามรส ต้มจืดไข่น้ำ ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม หวาน
21	ข้าวสวย ผัดบวบใส่หมู+ไข่ แกงส้มหมูใส่เห็ด กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวสวย ลาบหมูอีสาน+ผักสด ต้นน่องไก่ใส่ผัก ลอดช่องน้ำกะทิ	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ต้มข่าไก่ใส่เห็ดนางฟ้า ผัดผักรวมมิตร ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม ช็อคโก แลต
22	ข้าวสวย ถั่วกึ่งไก่ ต้มจืดลูกรอกหมูสับ อรุณ/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย แกงเขียวหวานหมู ผัดผงกะหรี่ไก่ เต้าส่วน	นมจืด	ข้าวสวย ผัดกะนํ้าใส่หมู เกาเหลาหมูลูกชิ้น ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม ถั่ว เหลือง
23	ข้าวสวย ผัดกะหล่ำปลีใส่หมู ไข่ลูกเขย กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวสวย แกงเผ็ดหมู ไข่เจียว ข้าวเหนียวคำเปี้ยก มะพร้าวอ่อน	นม หวาน	ข้าวสวย ผัดเปรี้ยวหวานไก่ ต้มยำรวมมิตร ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมช็อค โกแลต

ว/ด/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
24	ข้าวสวย กระเพราหมูสับ ไข่ดาว องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม ถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ลาบหมูเหนียว+ผักสด ต้มเลือดหมู+เครื่องใน แกงบวดฟักทอง	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย น้ำพริกกะปิ ผักสด ปลาพาทอด ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
25	ข้าวสวย พะแนงหมู ไข่เจียว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ขนมจีนน้ำเงี้ยว+ผักลวก ไข่ต้ม ครองแครงกะทิ	นม ช็อคโก แลต	ข้าวสวย ผัดพริกแกงถั่วใส่หมู ต้มจืดวุ้นเส้นหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
26	ข้าวสวย ผัดผักบุ้งหมูสับ ไข่พะโล้ องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมถั่ว เหลือง	ข้าวคลุกกะปิ ไข่เจียว+หมูหวาน ต้มจืดฟักใส่หมู บัวลอยมะพร้าวอ่อน	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย หมวยผัดพริกเผา เกาเหลาหมูลูกชิ้น ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
27	ข้าวสวย กระเพราลูกชิ้นหมู ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวสวย แกงเทโพใส่หมู ไข่เจียว สาหร่ายเปือกเผือก	นมช็อค โกแลต	ข้าวสวย ผัดผักกาดคองใส่ไข่ ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
28	แกงเผ็ดหมู หมูทอด องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	กล้วยเตี๊ยะเย็นตาโฟ ไข่ต้ม รวมมิตร	นม หวาน	ข้าวสวย ไก่ต้มน้ำแดง ต้มยำขาหมู ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว



**รายละเอียดแบบท้ายขอบเขตงานและคุณลักษณะราคาการจ้างทำอาหารประจำวัน**  
**ตามโครงการค่าอาหารประจำวันนักเรียนโรงเรียนกีฬารองการบริหารส่วนจังหวัดแพร่ ( พัฒนาประชาธิปไตย )**  
**ประจำเดือน มีนาคม 2568**

ว/ค/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
1	ข้าวสวย กระเพราหมูสับ ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	สุกี้หมู หมูทอด รวมมิตร	นม ถั่วเหลือง	ข้าวสวย ผัดผักนึ่งหมูสับ ไข่พะโล้ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
2	ข้าวผัดหมู ต้มจืดฟักใส่หมู องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	ข้าวคั่วกบปิ อกเชียง+หมูหวาน ต้มจืดลูกรอกหมูสับ กล้วยบวชชี	นม ช็อคโก แลต	ข้าวสวย แกงเขียวหวานลูกชิ้นปลา ไข่เจียว ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว
3	ข้าวสวย ผัดพริกแกงถั่วใส่หมู ต้มจืดวุ้นเส้นหมูสับ กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมถั่ว เหลือง	ก๋วยเตี๋ยวหมูต้มยำ ไข่ต้ม เจก๊วยนมสด	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดผักรวมมิตร ไข่เจียว ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมจืด
4	ข้าวต้มทรงเครื่อง ไข่ลวก องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย กะเพราหมูกรอบ ไข่ดาว ทับทิมกรอบกะทิ	นมจืด	ข้าวสวย ปลาราดพริก หมูทอดกระเทียม ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม ช็อคโก แลต
5	ข้าวผัดอเมริกัน ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	น้ำพริกกะปิ+ผักทอด ปลาทอด สาหร่ายข้าวโพด	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดวุ้นเส้น ต้มข่าไก่ใส่เห็ด ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมถั่ว เหลือง

ว/ด/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
6	ข้าวสวย ผัดกะหล่ำปลีใส่หมู ไข่ลูกเขย อ่องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมช็อค โกแลต	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำตก ไข่ต้ม ลอดช่องน้ำกะทิ	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดเผ็ดปลาตุก ต้มเลือดหมู ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
7	โจ๊กหมู ไข่ลวก ขนมปังใส่ไส้แยม/นม/ เนย กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวขาหมู ไข่ต้ม เต้าส่วน	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ลาบหมู (เหนื่อ) ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมช็อค โกแลต
8	ข้าวสวย กั่วกลิ้งหมู ต้มจืดเต้าหู้หมูสับ อ่องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย แกงเทโพใส่หมูสามชั้น ไข่เจียว ข้าวเหนียวคำเปียก มะพร้าวอ่อน	นมเปรี้ยว	ข้าวสวย ผัดกะน้าหมูกรอบ ไข่ดาว ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
9	ข้าวสวย พะแนงไก่ ไข่เจียว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมช็อค โกแลต	ราดหน้าหมู ไข่ต้ม แกงบวดฟักทอง	นมจืด	ข้าวสวย ลาบไก่+ผัดสด เกาเหลาหมูลูกชิ้น ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
10	ข้าวผัดกุ้งเขียง ต้มจืดฟักใส่หมู อ่องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	น้ำพริกอ่อง+ผัดสด ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ครองแครงกะทิ	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ต้มข่าไก่ใส่เห็ด หมูทอด ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว
11	ข้าวหมูแดง ไข่ต้ม ต้มจืดลูกรอกหมูสับ กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นม เปรี้ยว	ข้าวเหนียว ส้มตำ น่องไก่/ปีกไก่ต้มทอด บัวลอยมะพร้าวอ่อน	นมจืด	ข้าวสวย ลาบหมูอีสาน ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม ช็อคโก แลต

ว/ด/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
12	ข้าวสวย หน่อไม้ผัดพริกแกงใส่หมู ไข่เจียวหมูสับ อ่องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	ก๋วยจั๊บน้ำข้น ไข่ต้ม สาหร่ายแปะ	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย แกงไก่ใส่ผัก ทอดมันปลา ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม หวาน
13	ข้าวสวย ผัดเห็ดรวมหมูชิ้น ต้มจืดหน่อไม้ใส่หมู กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ผัดพริกแกงลวกข้าวใส่หมูชิ้น ต้มจืดฟักใส่หมู รวมมิตร	นม ช็อคโก แลต	ข้าวสวย ผัดพริกหยวกใส่ตับ ไข่ดาว ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมจืด
14	ข้าวสวย กระเพราไก่ ไข่ดาว อ่องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม ถั่ว เหลือง	ข้าวสวย น้ำพริกปลา+ผักสด หมูทอด ข้าวเหนียวถั่วดำ	นมจืด	ข้าวสวย ผัดเผ็ดลูกชิ้นปลากราย ตุ๋นฟักใส่น่องไก่ ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม หวาน
15	ข้าวหมูกรอบ ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ผัดไทยเส้นเล็กหมู+ผัก สด ต้มจืดฟักใส่หมู บัวลอยไข่หวาน	นม ช็อคโก แลต	ข้าวสวย ผัดกะนํ้าหมูชิ้น ไข่ดาว ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม เปรี้ยว
16	ข้าวสวย ตัวกลิ้งหมู ต้มจืดวุ้นเส้นสาหร่าย อ่องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย น้ำตกหมู เกาเหลาลูกชิ้นหมู รวมมิตร	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย แกงส้มชะอมทอด หมูทอดกระเทียม ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
17	ข้าวสวย กระเพราหมูชิ้น ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นม ถั่ว เหลือง	ข้าวเหนียว น้ำพริกหนุ่ม ผักลวก หมูทอด กล้วยบวชชี	นมจืด	ข้าวสวย ยำวุ้นเส้นรวมมิตร ผัดตับใส่พริกหยวก ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม เปรี้ยว



ว/ด/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
18	ข้าวสวย ผัดผักบุ้งหมูสับ ไข่พะโล้ องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	ข้าวสวย แกงไก่ใส่ผัก ผัดเห็ดฟางใส่หมู เจาก๊วยนมสด	นมช็อค โกแลต	ข้าวสวย เครื่องในไก่ผัดขิง ต้มจืดฟักใส่หมู ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว
19	ข้าวผัดหมู ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ผัดพริกแกงหน่อไม้ใส่สามชั้น ไข่เจียว ทับทิมกรอบกะทิ	นม หวาน	ข้าวสวย ผัดพริกเผาหมูกรอบ ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมจืด
20	ข้าวสวย กระเพราไก่ ไข่ดาว องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม ช็อคโก แลต	บะหมี่เกี๊ยวหมูแดง ไข่ต้ม สาหร่ายแช่ข้าวโพด	นมจืด	ข้าวสวย ปลาสามรส ต้มจืดไข่น้ำ ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม หวาน
21	ข้าวสวย ผัดบวบใส่หมู+ไข่ แกงส้มหมูใส่เห็ด กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวสวย ลาบหมูอีสาน+ผักสด ตูน่องไก่ใส่ผัก ลอดช่องน้ำกะทิ	นมถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ต้มข่าไก่ใส่เห็ดนางฟ้า ผัดผักรวมมิตร ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม ช็อคโก แลต
22	ข้าวสวย คั่วกลิ้งไก่ ต้มจืดลูกรอกหมูสับ องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวสวย แกงเขียวหวานหมู ผัดผักระหิรีไก่ เต้าส่วน	นมจืด	ข้าวสวย ผัดกะนํ้าใส่หมู เกาเหลาหมูลูกชิ้น ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม ถั่ว เหลือง
23	ข้าวสวย ผัดกะหล่ำปลีใส่หมู ไข่ลูกเขย กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวสวย แกงเผ็ดหมู ไข่เจียว ข้าวเหนียวดำเปียก มะพร้าวอ่อน	นม หวาน	ข้าวสวย ผัดเปรี้ยวหวานไก่ ต้มยำรวมมิตร ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมช็อค โกแลต

ว/ด/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
24	ข้าวสวย กระเพราหมูสับ ไข่ดาว องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม ถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ลาบหมูเหนียว+ผักสด ต้มเลือดหมู+เครื่องใน แกงบวดฟักทอง	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย น้ำพริกกะปิ ผักสด ปลาพาทอด ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
25	ข้าวสวย พะแนงหมู ไข่เจียว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ขนมจีนน้ำเงี้ยว+ผักลวก ไข่ต้ม ครองแครงกะทิ	นม ช็อคโก แลต	ข้าวสวย ผัดพริกแกงถั่วใส่หมู ต้มจืดวุ้นเส้นหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
26	ข้าวสวย ผัดผักบุ้งหมูสับ ไข่พะโล้ องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมถั่ว เหลือง	ข้าวตุกกะปิ กุนเชียง+หมูหวาน ต้มจืดฟักใส่หมู บัวลอยมะพร้าวอ่อน	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย หมูยอผัดพริกเผา เกาเหลาหมูตุ๋น ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
27	ข้าวสวย กระเพราลูกชิ้นหมู ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวสวย แกงเทโพใส่หมู ไข่เจียว สาเกเปียกเผือก	นมช็อค โกแลต	ข้าวสวย ผัดผักกาดทองใส่ไข่ ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นม หวาน
28	แกงเผ็ดหมู หมูทอด องุ่น/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นมจืด	กล้วยเตี๋ยวเป็นตาไฟ ไข่ต้ม รวมมิตร	นม หวาน	ข้าวสวย ไก่ต้มน้ำแดง ต้มยำขาหมู ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นม เปรี้ยว
29	ข้าวสวย กระเพราหมูชิ้น ไข่ดาว กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวสวย ซูชิปลาอดลิ ต้มจืดกะหล่ำปลีใส่หมู ข้าวเหนียวถั่วดำ	นม เปรี้ยว	ข้าวสวย แกงเขียวหวานไก่ ไข่ต้ม ฝรั่ง/แตงโม มะละกอสุก/มะม่วงมัน	นมช็อค โกแลต

ว/ด/ป	เช้า	06.00 น.	กลางวัน	11.30 น.	เย็น	18.00 น.
30	ข้าวสวย ผัดกะนํ้าหมูกรอบ ต้มยำไก่ อรุณ/ชมพู่ ส้ม/มันแกว	นม หวาน	ข้าวขาหมู ไข่ต้ม เจาก๊วยนมสด	นม ถั่ว เหลือง	ข้าวสวย ปลาราดพริก หมูทอดกระเทียม ลองกอง/เงาะ กล้วยไข่/กล้วยน้ำว้า	นมจืด
31	ข้าวสวย หน่อไม้ผัดพริกแกงใส่หมู ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ กล้วยหอม/แอปเปิ้ล พุทรา/สับปะรด	นมจืด	ข้าวขอยน่องไก่ ไข่ต้ม สาเกูปะยกข้าวโพด	นม หวาน	ข้าวสวย พะแนงไก่ ไข่เจียว ฝรั่ง/แตงโม มะละกอดุก/มะม่วงมัน	นม เปรี้ยว