

รายละเอียดแสดงปริมาณรวมที่จะซื้อต่อ 100 คน (กลางวัน,เย็น,เช้าของวันถัดไป)
อาหารดิบเป็นรายสิ่งพร้อมเครื่องปรุง(ใบสั่งซื้อ) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2570

วันที่ 1

มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ก๋วยเตี๋ยวไก่เนื้อ	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่สด	16.00	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.
		กระต่าย/ซีโครงหมู(น้ำซุ๊ป)	5.00	กก.
		ต้นหอม	1.00	กก.
		ผักชี	0.50	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ถั่วลิสงแห้งป่น	1.00	กก.
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด
		พริกป่น	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.
		ถั่วงอก	5.00	กก.
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.14	ขวด
เย็น	ผลไม้ ต้มพะโล้ไก่กับไข่	แตงโม	23.75	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.
		ไข่ไก่	100.00	ฟอง
		ผงพะโล้	0.05	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	2.00	กก.
		น้ำปลา	0.70	ขวด
		ซีอิ๊วหวาน	0.70	ขวด
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		พริกไทยป่น	0.40	ขวด
		ผักชี	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	0.20	กก.
เช้า วันที่ 2	ผัดกะหล่ำปลีหมู	หมูเนื้อแดง	3.00	กก.
		กะหล่ำปลี	15.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำปลา	0.36	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 2		
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ผัดซีวี่เนื้อไก่	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่สด	16.00	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	7.00	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		ผักคะน้า	12.00	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.
		ซีอิ๊วดำ	0.66	ขวด
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.
		น้ำมันปาล์ม	3.00	ขวด
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.14	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด
เย็น	ต้มจับฉ่ายไก่	หัวผักกาดสด/หัวไชเท้า	4.00	กก.
		ผักกาดขาว	4.00	กก.
		ผักคะน้า	4.00	กก.
		ผักกวางตุ้ง	4.00	กก.
		เห็ดหอมแห้ง	0.30	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	8.16	กก.
		ฟองเต้าหู้	2.00	ถุง
		หน่อไม้สด(หน่อ)**	0.30	กก.
		น้ำตาลทรายขาว	0.20	กก.
		เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.01	กก.
		ซีอิ๊วขาว	1.42	ขวด
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
เช้า วันที่ 3	ผัดผักบุ้ง เมนูลดหวาน มัน เค็ม	ผักบุ้งจีนไม่ตัดราก	15.00	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.30	กก.
		น้ำมันปาล์ม	0.30	ขวด
		น้ำตาลทรายขาว	0.20	กก.
		เต้าเจี้ยวจีน	2.50	ขวด
		หมูบด	2.00	กก.

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 3			
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย	
กลางวัน	ข้าวผัดไก่ผัดกะนํ้า	ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.25	กก.	
		แตงกวา	10.00	กก.	
		ผัดกะนํ้า	5.00	กก.	
		ต้นหอม	1.00	กก.	
		ผักชี	0.50	กก.	
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.	
		พริกไทยป่น	1.00	ขวด	
		ซีอิ๊วหวาน	1.45	ขวด	
		น้ำตาลทรายขาว	0.30	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.50	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	4.00	ขวด	
		นํ้าส้มสายชูกลั่น	1.46	ขวด	
		นํ้าปลา	0.35	ขวด	
	ถั่วเขียวต้มนํ้าตาล	ถั่วเขียว	6.00	กก.	
		น้ำตาลทรายขาว	6.00	กก.	
เย็น	แกงส้มมะละกอปลาสาวย	ปลาสาวย	8.00	กก.	
		มะละกอดิบ	20.00	กก.	
		นํ้ามะขามเปียก	2.63	ขวด	
		นํ้าตาลปีบ/นํ้าตาลปีบ	0.50	กก.	
		พริกแกงส้ม	1.50	กก.	
		หมูเนื้อแดง	5.00	กก.	
		แตงร้าน	15.00	กก.	
เช้า วันที่ 4	ผัดแตงร้านหมู	นํ้าตาลปีบ/นํ้าตาลปีบ	0.30	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		นํ้าปลา	0.35	ขวด	

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นนํ้ามัน เช่น นํ้ามันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 4				
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย		
กลางวัน	แกงฮังเลไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	17.00	กก.		
		กระเทียมไทยแห้ง	1.00	กก.		
		หอมแดงแห้ง	1.00	กก.		
		ขิงซอย	0.50	กก.		
		น้ำมันขามเปียก	1.33	ขวด		
		พริกแกงฮังเล	0.40	กก.		
		ซีอิ๊วดำ	0.40	ขวด		
		น้ำปลา	0.35	ขวด		
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.50	กก.		
		พริกแห้งเม็ดใหญ่	0.20	กก.		
		ตะไคร้สด	0.20	กก.		
		หอมแดงแห้ง	0.20	กก.		
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.		
		กะปิ	0.10	กก.		
		เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.05	กก.		
		เย็น	ผลไม้ แกงจืดวุ้นเส้นหมู	ฝรั่ง	12.00	กก.
				หมูเนื้อแดง	7.00	กก.
				วุ้นเส้นสด	5.00	กก.
				น้ำมันปาล์ม	0.30	ขวด
				ฟองเต้าหู้	1.00	ถุง
				ต้นหอม	1.00	กก.
				ผักชี	0.20	กก.
				กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
				พริกไทยป่น	0.40	ขวด
				น้ำส้มสายชูกลั่น	1.43	ขวด
เช้า วันที่ 5	แดงร้านผัดไข่	น้ำปลา	0.35	ขวด		
		ไข่ไก่	37.00	ฟอง		
		แดงร้าน	15.00	กก.		
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.30	กก.		
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.		
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด		
		น้ำปลา	0.35	ขวด		

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 5		
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ก๋วยเตี๋ยวไก่ฉ่ำ	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่สด	15.30	กก.
		ไก่ฉ่ำและหนังตัว	5.00	กก.
		กระดูกหมู/ซี่โครงหมู(น้ำซุป)	5.00	กก.
		ต้นหอม	1.00	กก.
		ผักชี	0.50	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ถั่วงอก	1.00	กก.
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด
		พริกป่น	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.
		ถั่วงอก	5.00	กก.
		เย็น	ต้มยำไก่กะหล่ำปลี	น้ำส้มสายชูกลั่น
ไก่ฉ่ำและหนังตัว	7.00			กก.
กะหล่ำปลี	12.00			กก.
ข้าวสด	0.50			กก.
ตะไคร้สด	0.50			กก.
ใบมะกรูดสด	0.10			กก.
น้ำมันขามเปียก	1.35			ขวด
พริกชี้หนูสด	0.30			กก.
น้ำปลา	0.35			ขวด
เช้า วันที่ 6	ผัดผักกาดขาวหมู			ไข่ไก่
		หมูเนื้อแดง	3.00	กก.
		ผักกาดขาว	18.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 6		
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	พะแนงไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	12.00	กก.
		กะทิสำเร็จรูป	6.00	กก.
		ใบโหระพาสด	0.50	กก.
		ใบมะกรูดสด	0.10	กก.
		ถั่วลิสงแห้งป่น	1.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปึก	1.00	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		พริกแกงพะแนง	1.50	กก.
		กล้วยน้ำว้า	4.50	กก.
		เย็น	ผลไม้ แกงจืดไก่ฟักเขียว	ไก่ชำแหละทั้งตัว
ฟักเขียว	20.00			กก.
กุ้งแห้งมีเปลือก	0.20			กก.
หนังหมูพอง	0.50			กก.
น้ำมันปาล์ม	0.30			ขวด
ผักชี	0.20			กก.
กระเทียมไทยแห้ง	0.20			กก.
ตั้งฉ่าย	0.50			กก.
พริกไทยป่น	0.40			ขวด
เช้า วันที่ 7	ต้มยำไก่ทะเล่าปลี			น้ำปลา
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	7.90	กก.
		ทะเล่าปลี	12.00	กก.
		ข้าวสด	0.50	กก.
		ตะไคร้สด	0.50	กก.
		ใบมะกรูดสด	0.10	กก.
		น้ำมะขามเปียก	1.32	ขวด
		พริกขี้หนูสด	0.30	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 7		
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	แตงกวาผัดไข่ใส่หมู	หมูเนื้อแดง	4.00	กก.
		แตงกวา	15.00	กก.
		ไข่ไก่	30.00	ฟอง
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	0.30	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
	ลอดช่องน้ำกะทิ	ลอดช่องสด	10.00	กก.
		น้ำตาลทรายขาว	3.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	3.00	กก.
		กะทิสำเร็จรูป	5.00	กก.
เย็น	แกงป่าหน่อไม้ไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.50	กก.
		หน่อไม้สด(หน่อ)**	15.00	กก.
		ใบย่านาง	1.00	กก.
		พริกขี้หนูสด	0.40	กก.
		น้ำปลาร้า	1.25	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ใบแมงลักสด	0.30	กก.
		หอมแดงแห้ง	0.50	กก.
		ข้าวสาคู	0.10	กก.
		ตะไคร้สด	0.30	กก.
เช้า วันที่ 8	แกงเลียงไก่ฟักเขียว	ฟักเขียว	20.00	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.25	กก.
		หอมแดงแห้ง	0.50	กก.
		กะปิ	0.30	กก.
		กระชายสด	0.50	กก.
		พริกไทยป่น	0.40	ขวด
		ใบแมงลักสด	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 8				
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย		
กลางวัน	ผัดถั่วงอกเลือดหมูใส่เต้าหู้เหลือง	เลือดหมู	10.00	กก.		
		ถั่วงอก	13.00	กก.		
		เต้าหู้เหลืองแข็ง (แผ่น)	29.40	แผ่น		
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.		
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด		
		น้ำปลา	0.35	ขวด		
		ผลไม้				
		ส้มเขียวหวาน	16.00	กก.		
		เย็น	ต้มยำไก่กะหล่ำปลี	ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.
				กะหล่ำปลี	20.00	กก.
กะทิสำเร็จรูป	5.00			กก.		
ตะไคร้สด	0.50			กก.		
ใบมะกรูดสด	0.05			กก.		
พริกขี้หนูสด	0.50			กก.		
น้ำมันงาแท้	0.50			ขวด		
น้ำปลา	0.57			ขวด		
ผักชี	0.20			กก.		
เช้า วันที่ 9	แตงร้านผัดไข่			ต้นหอม	0.50	กก.
		ข้าวสาค	0.50	กก.		
		ไข่ไก่	30.00	ฟอง		
		แตงร้าน	15.00	กก.		
		น้ำตาลปี๊บ/น้ำตาลปีบ	0.30	กก.		
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.		
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด		
		น้ำปลา	0.35	ขวด		

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

มื้อ	รายการอาหาร	วันที่ 9		
		วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ก๋วยเตี๋ยวไก่แห้ง	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่สด	12.00	กก.
		โก๋ซ่าหละหังด้ว	5.00	กก.
		ต้นหอม	1.00	กก.
		ผักชี	0.50	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ถัวลิสงแห้งป่น	1.00	กก.
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด
		พริกป่น	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.
		ถั่วงอก	5.00	กก.
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.00	ขวด
	แกงบวดผักทอง	ผักทอง	8.00	กก.
		กะทิส้าเรีจรูป	5.00	กก.
		น้ำตาลทรายขาว	3.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปี	3.00	กก.
		เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.01	กก.
		ผักเขียว	15.00	กก.
		หมูเนื้อแดง	2.59	กก.
เย็น	แกงเลียงหมูผักเขียว	หอมแดงแห้ง	0.50	กก.
		กะปิ	0.30	กก.
		กระชายสด	0.50	กก.
		พริกไทยป่น	0.40	ขวด
		ใบแมงลักสด	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.30	ขวด
		หัวผักกาดสด/หัวไชเท้า	4.00	กก.
		ผักกาดขาว	4.00	กก.
		ผักคะน้า	4.00	กก.
		ผักกวางตุ้ง	4.00	กก.
		เห็ดหอมแห้ง	0.30	กก.
		หมูเนื้อแดง	3.50	กก.
		ฟองเต้าหู้	1.00	ถุง
		หน่อไม้สด(หน่อ)*	0.30	กก.
		น้ำตาลทรายขาว	0.20	กก.
		เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.01	กก.
		ซีอิ๊วขาว	1.00	ขวด
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
เช้า วันที่ 10	ต้มจืดเต้าหู้หมู			

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม

$\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
 ลงชื่อ.....กรรมการ
 ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 10		
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ข้าวต้มไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	9.00	กก.
		ผักชี	0.50	กก.
		ต้นหอม	1.00	กก.
		ตังฉ่าย	0.50	กก.
		พริกไทยป่น	1.00	ขวด
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำส้มสายชูกลั่น	1.42	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด
เย็น	ผลไม้ ผัดพริกหยวกไก่	กล้วยน้ำว้า	4.50	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	8.00	กก.
		ไข่ไก่	20.00	ฟอง
		พริกหยวก	10.00	กก.
		หอมใหญ่	2.00	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		กระเทียมไทยแห้ง	0.15	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.20	กก.
		น้ำปลา	0.72	ขวด
		ซีอิ๊วหวาน	0.72	กก.
เช้า วันที่ 11	ผัดถั่วงอกเลือดหมูใส่เต้าหู้เหลือง	เลือดหมู	15.20	กก.
		ถั่วงอก	13.00	กก.
		เต้าหู้เหลืองแข็ง (แผ่น)	50.00	แผ่น
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

หมายเหตุ

สลับรายการมือ เข้า-เย็น

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 11		
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ข้าวคั่วลูกกะปิ	หมูสามชั้น	6.00	กก.
		กุ้งแห้งมีเปลือก	1.00	กก.
		ไข่ไก่	50.00	ฟอง
		กระเทียมไทยแห้ง	0.50	กก.
		หอมแดงแห้ง	1.00	กก.
		พริกขี้หนูสด	0.30	กก.
		น้ำมันงาแท้	0.75	ขวด
		ใบสาระแหน่สด	0.50	กก.
		กะปิ	1.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	1.00	กก.
		น้ำมันปาล์ม	3.00	ขวด
		น้ำปลา	0.30	ขวด
เย็น	แกงส้มผักระหล่ำปลี (ปลาสิ่กุน)	ปลาสิ่กุน	12.00	กก.
		กะหล่ำปลี	5.00	กก.
		น้ำมันมะเขือเทศ	1.30	ขวด
		พริกขี้หนูแห้ง	0.30	กก.
		ขมิ้นชัน	0.02	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.01	กก.
		กะปิ	0.10	กก.
เช้า วันที่ 12	ฟักทองผัดไข่	ไข่ไก่	57.00	ฟอง
		ฟักทอง	20.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.20	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 12				
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย		
กลางวัน	ก๋วยเตี๋ยวไก่แห้ง	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่สด	15.00	กก.		
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.		
		ต้นหอม	1.00	กก.		
		ผักชี	0.50	กก.		
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.		
		น้ำปลา	0.35	ขวด		
		ถั่วงอก	1.00	กก.		
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด		
		พริกป่น	0.30	กก.		
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.		
		ดองฉ่าย	0.50	กก.		
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด		
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.		
		ถั่วงอก	5.00	กก.		
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.00	ขวด		
		แตงโม	24.00	กก.		
		เย็น	แกงอ่อมผักรวมไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.
				มะเขือเปราะ/มะเขือเจ้าพระยา	4.00	กก.
				ต้นหอม	2.00	กก.
ผักชีลาว	2.00			กก.		
ผักกาดขาว	4.00			กก.		
พริกแกงอ่อม	1.50			กก.		
พริกชี้ฟ้าสด	1.00			กก.		
ใบมะกรูดสด	0.30			กก.		
น้ำปลาร้า	0.50			กก.		
น้ำปลา	0.35			ขวด		
หมูเนื้อแดง	3.00			กก.		
ถั่วมียาว	12.20			กก.		
น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.30			กก.		
กระเทียมไทยแห้ง	0.20			กก.		
น้ำมันปาล์ม	1.00			ขวด		
น้ำปลา	0.35	ขวด				
เช้า วันที่ 13 ผัดถั่วมียาวหมู						

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 13			
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย	
กลางวัน	ข้าวต้มไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.50	กก.	
		ผักชี	0.50	กก.	
		ต้นหอม	1.00	กก.	
		ตังฉ่าย	0.50	กก.	
		พริกไทยป่น	1.00	ขวด	
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		น้ำส้มสายชูกลั่น	1.40	ขวด	
		น้ำปลา	0.35	ขวด	
	หลอดช่องน้ำกะทิ	หลอดช่องสด	10.90	กก.	
		น้ำตาลทรายขาว	3.00	กก.	
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	3.00	กก.	
		กะทิสำเร็จรูป	5.00	กก.	
		เย็น	ผักฉ่ำลูกชิ้นปลา	ลูกชิ้นปลา	5.00
เมนูลดหวาน มัน เค็ม	กระชายสด		2.00	กก.	
	ใบกะเพราสด		1.00	กก.	
	พริกชี้ฟ้าสด		1.00	กก.	
	กระเทียมไทยแห้ง		0.50	กก.	
	น้ำตาลทรายขาว		0.20	กก.	
	ซีอิ๊วขาว		0.75	ขวด	
	น้ำมันปาล์ม		1.00	ขวด	
	ไชตัม		ไชโก	100.00	ฟอง
	เช้า วันที่ 14		ผัดบวบเหลี่ยมหมู	หมูเนื้อแดง	3.00
บวบเหลี่ยม		20.00		กก.	
น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป		0.30		กก.	
กระเทียมไทยแห้ง		0.20		กก.	
น้ำมันปาล์ม		1.00		ขวด	
น้ำปลา		0.35		ขวด	

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 14			
มี	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย	
กลางวัน	หัวผักกาดเค็มผัดไข่	ไข่ไก่	35.00	ฟอง	
		ไข่โป๊เค็ม/หัวผักกาดเค็ม	10.00	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.	
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	1.00	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		น้ำปลา	0.35	ขวด	
เย็น	แกงคั่วไก่เทโพ	ไก่ชำแหละทั้งตัว	6.20	กก.	
		ผักบุ้งไทย/ผักบุ้งแก้วไม่ตัดราก	23.00	กก.	
		ผลมะกรูด	0.50	กก.	
		ใบมะกรูดสด	0.10	กก.	
		น้ำมะขามเปียก	2.63	ขวด	
		กะทิสำเร็จรูป	6.00	กก.	
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	0.50	กก.	
		พริกแกงคั่ว	1.50	กก.	
		หมูเนื้อแดง	6.00	กก.	
		แตงกวา	8.00	กก.	
		มะเขือเทศ	3.00	กก.	
		หอมใหญ่	3.00	กก.	
		ต้นหอม	1.00	กก.	
เช้า วันที่ 15 ผักเปรี้ยวหวานแตงกวาหมู		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.	
		แป้งมัน	1.00	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	0.50	กก.	
		น้ำส้มสายชูกลั่น	0.71	ขวด	
		น้ำปลา	0.35	ขวด	

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 15			
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย	
กลางวัน	เส้นหมี่ไก่แห้ง	เส้นหมี่แห้ง	6.50	กก.	
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	6.00	กก.	
		ถั่วงอก	5.00	กก.	
		ผักขึ้นฉ่าย	2.00	กก.	
		ต้นหอม	1.00	กก.	
		พริกขี้หนูสด	1.00	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.	
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด	
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.	
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.14	ขวด	
		น้ำปลา	0.57	ขวด	
		ซีอิ๊วดำ	0.66	ขวด	
		ถั่วลิสงแห้งป่น	1.00	กก.	
		พริกป่น	0.30	กก.	
	ผลไม้	มะม่วงดิบ	13.80	กก.	
		แกงเหลืองมะละกอดิบ (ปลาทุ)	ปลาทุสด	7.00	กก.
			พริกขี้หนูสด	1.00	กก.
			ตะไคร้สด	0.10	กก.
			หอมแดงแห้ง	0.20	กก.
			กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
			ขมิ้นชัน	0.20	กก.
			เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.05	กก.
			มะละกอดิบ	5.00	กก.
			น้ำมันขามเปียก	0.52	ขวด
			กะปิ	0.50	กก.
			น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	0.50	กก.
			น้ำปลา	0.35	ขวด
เช้า วันที่ 16	แกงจืดหัวผักกาดเค็มไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	7.00	กก.	
		ไชโป๊เค็ม/หัวผักกาดเค็ม	10.00	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	0.30	ขวด	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.	
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	0.50	กก.	
		พริกไทยป่น	0.40	ขวด	

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

วันที่ 16				
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ข้าวต้มไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	6.00	กก.
		ผักชี	0.50	กก.
		ต้นหอม	1.00	กก.
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.
		พริกไทยป่น	1.00	ขวด
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำส้มสายชูกลั่น	1.45	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด
เย็น	ถั่วเขียวต้มน้ำตาล	ถั่วเขียว	6.00	กก.
		น้ำตาลทรายขาว	6.00	กก.
	ผัดกะเพราหมู	หมูเนื้อแดง	5.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.30	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.50	กก.
		ใบกะเพราสด	1.00	กก.
		พริกไทยป่น	1.00	ขวด
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด
เช้า วันที่ 17	ไข่ต้ม ผัดผักกวางตุ้งหมู	ไข่ไก่	100.00	ฟอง
		หมูเนื้อแดง	7.50	กก.
		ผักกวางตุ้ง	15.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.30	กก.
		แป้งมัน	1.00	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		เต้าเจี้ยวจีน	0.35	ขวด
		น้ำปลา	0.25	กก.

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

มือ	รายการอาหาร	วันที่ 17		
		วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ก๋วยเตี๋ยวไก่ น้ำ	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่สด	16.00	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.
		กระต่าย/ซีโครงหมู(น้ำซุบ)	5.00	กก.
		ต้นหอม	1.00	กก.
		ผักชี	0.50	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ถั่วลิสงแห้งป่น	1.00	กก.
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด
		พริกป่น	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.
		ถั่วงอก	5.00	กก.
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.14	ขวด
		แตงโม	23.75	กก.
เย็น	ผลไม้ ต้มพะโล้ไก่กับไข่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.
		ไข่ไก่	100.00	ฟอง
		ผงพะโล้	0.05	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	2.00	กก.
		น้ำปลา	0.70	ขวด
		ซีอิ๊วหวาน	0.70	ขวด
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		พริกไทยป่น	0.40	ขวด
		ผักชี	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	0.20	กก.
เช้า วันที่ 18	ผัดกะหล่ำปลีหมู	หมูเนื้อแดง	3.00	กก.
		กะหล่ำปลี	15.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำปลา	0.36	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 18		
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ผัดซีอิ๊วเนื้อไก่	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่สด	16.00	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	7.00	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		ผักคะน้า	12.00	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.
		ซีอิ๊วดำ	0.66	ขวด
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.
		น้ำมันปาล์ม	3.00	ขวด
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.14	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด
เย็น	ต้มจับฉ่ายไก่	หัวผักกาดสด/หัวไชเท้า	4.00	กก.
		ผักกาดขาว	4.00	กก.
		ผักคะน้า	4.00	กก.
		ผักกวางตุ้ง	4.00	กก.
		เห็ดหอมแห้ง	0.30	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	8.16	กก.
		ฟองเต้าหู้	2.00	ถุง
		หน่อไม้สด(หน่อ)**	0.30	กก.
		น้ำตาลทรายขาว	0.20	กก.
		เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.01	กก.
		ซีอิ๊วขาว	1.42	ขวด
เช้า วันที่ 19	ผัดผักบุ้ง เมนูลดหวาน มัน เค็ม	น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		ผักบุ้งจีนไม่ตัดราก	15.00	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.30	กก.
		น้ำมันปาล์ม	0.30	ขวด
		น้ำตาลทรายขาว	0.20	กก.
		เต้าเจี้ยวจีน	2.50	ขวด
		หมูบด	2.00	กก.

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 19			
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย	
กลางวัน	ข้าวผัดไก่ผัดกะนํ้า	ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.25	กก.	
		แตงกวา	10.00	กก.	
		ผัดกะนํ้า	5.00	กก.	
		ต้นหอม	1.00	กก.	
		ผักชี	0.50	กก.	
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.	
		พริกไทยป่น	1.00	ขวด	
		ซีอิ๊วหวาน	1.45	ขวด	
		น้ำตาลทรายขาว	0.30	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.50	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	4.00	ขวด	
		น้ำส้มสายชูกลั่น	1.46	ขวด	
		น้ำปลา	0.35	ขวด	
	ถั่วเขียวคั่วมนํ้าตาล	ถั่วเขียว	6.00	กก.	
		น้ำตาลทรายขาว	6.00	กก.	
เย็น	แกงส้มมะละกอบลํ้าสวาย	ปลํ้าสวาย	8.00	กก.	
		มะละกอดิบ	20.00	กก.	
		นํ้ามะขามเปียก	2.63	ขวด	
		นํ้าตาลปีบ/นํ้าตาลปีบ	0.50	กก.	
		พริกแกงส้ม	1.50	กก.	
เช้า วันที่ 20	ผัดแตงร้านหมู	หมูเนื้อแดง	5.00	กก.	
		แตงร้าน	15.00	กก.	
		นํ้าตาลปีบ/นํ้าตาลปีบ	0.30	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		นํ้าปลา	0.35	ขวด	

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 20				
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย		
กลางวัน	แกงฮังเลไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	17.00	กก.		
		กระเทียมไทยแห้ง	1.00	กก.		
		หอมแดงแห้ง	1.00	กก.		
		ขิงซอย	0.50	กก.		
		น้ำมะขามเปียก	1.33	ขวด		
		พริกแกงฮังเล	0.40	กก.		
		ซีอิ๊วดำ	0.40	ขวด		
		น้ำปลา	0.35	ขวด		
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.50	กก.		
		พริกแห้งเม็ดใหญ่	0.20	กก.		
		ตะไคร้สด	0.20	กก.		
		หอมแดงแห้ง	0.20	กก.		
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.		
		กะปิ	0.10	กก.		
		เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.05	กก.		
เย็น	ผลไม้ แกงจืดวุ้นเส้นหมู	ฝรั่ง	12.00	กก.		
		หมูเนื้อแดง	7.00	กก.		
		วุ้นเส้นสด	5.00	กก.		
		น้ำมันปาล์ม	0.30	ขวด		
		ฟองเต้าหู้	1.00	ถุง		
		ต้นหอม	1.00	กก.		
		ผักชี	0.20	กก.		
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.		
		พริกไทยป่น	0.40	ขวด		
		น้ำส้มสายชูกลั่น	1.43	ขวด		
		น้ำปลา	0.35	ขวด		
		เช้า วันที่ 21	แดงร้านผัดไข่	ไข่ไก่	37.00	ฟอง
				แดงร้าน	15.00	กก.
				น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.30	กก.
				กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
น้ำมันปาล์ม	1.00			ขวด		
น้ำปลา	0.35			ขวด		

หมายเหตุ: ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 21		
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ก๋วยเตี๋ยวโก๋น้ำ	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่สด	15.30	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.
		กระตักหมู/ซี่โครงหมู(น้ำซุ๊ป)	5.00	กก.
		ต้นหอม	1.00	กก.
		ผักชี	0.50	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ถั่วงอก	1.00	กก.
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด
		พริกป่น	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.
		ถั่วงอก	5.00	กก.
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.15	ขวด
เย็น	ต้มยำไก่กะหล่ำปลี	ไก่ชำแหละทั้งตัว	7.00	กก.
		กะหล่ำปลี	12.00	กก.
		ข้าวสาคู	0.50	กก.
		ตะไคร้สด	0.50	กก.
		ใบมะกรูดสด	0.10	กก.
		น้ำมันขมิ้น	1.35	ขวด
		พริกชี้ฟ้าสด	0.30	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ไข่ไก่	100.00	ฟอง
		หมูเนื้อแดง	3.00	กก.
เช้า วันที่ 22	ผัดผักกาดขาวหมู	ผักกาดขาว	18.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ไข่ไก่	100.00	ฟอง
		หมูเนื้อแดง	3.00	กก.

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 22		
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	พะแนงไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	12.00	กก.
		กะทิสำเร็จรูป	6.00	กก.
		ใบโหระพาสด	0.50	กก.
		ใบมะกรูดสด	0.10	กก.
		ถั่วลิสงแห้งป่น	1.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	1.00	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		พริกแกงพะแนง	1.50	กก.
		กล้วยน้ำว้า	4.50	กก.
		ผลไม้		
เย็น	แกงจืดไก่ฟักเขียว	ไก่ชำแหละทั้งตัว	7.00	กก.
		ฟักเขียว	20.00	กก.
		กุ้งแห้งมีเปลือก	0.20	กก.
		หนังหมูพอง	0.50	กก.
		น้ำมันปาล์ม	0.30	ขวด
		ผักชี	0.20	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.
		พริกไทยป่น	0.40	ขวด
		น้ำปลา	0.36	ขวด
เช้า วันที่ 23	ต้มยำไก่ทะเล่าปลี	ไก่ชำแหละทั้งตัว	7.90	กก.
		ทะเล่าปลี	12.00	กก.
		ข้าวสด	0.50	กก.
		ตะไคร้สด	0.50	กก.
		ใบมะกรูดสด	0.10	กก.
		น้ำมะขามเปียก	1.32	ขวด
		พริกชี้หนูสด	0.30	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

วันที่ 23				
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	แตงกวาผัดไข่ใส่หมู	หมูเนื้อแดง	4.00	กก.
		แตงกวา	15.00	กก.
		ไข่ไก่	30.00	ฟอง
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.30	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
	ลวดช่องน้ำกะทิ	ลวดช่องสด	10.00	กก.
		น้ำตาลทรายขาว	3.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	3.00	กก.
		กะทิสำเร็จรูป	5.00	กก.
เย็น	แกงป่าหน่อไม้ไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.50	กก.
		หน่อไม้สด(หน่อ)**	15.00	กก.
		ใบย่านาง	1.00	กก.
		พริกขี้หนูสด	0.40	กก.
		น้ำปลาร้า	1.25	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ใบแมงลักสด	0.30	กก.
		หอมแดงแห้ง	0.50	กก.
		ข่าสด	0.10	กก.
		ตะไคร้สด	0.30	กก.
เช้า วันที่ 24	แกงเลียงไก่ฟักเขียว	ฟักเขียว	20.00	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.25	กก.
		หอมแดงแห้ง	0.50	กก.
		กะปิ	0.30	กก.
		กระชายสด	0.50	กก.
		พริกไทยป่น	0.40	ขวด
		ใบแมงลักสด	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม ≈ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 ≈ 1,000 กรัม
 ≈ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
 ลงชื่อ.....กรรมการ
 ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 24				
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย		
กลางวัน	ผัดถั่วงอกเลือดหมูใส่เต้าหู้เหลือง	เลือดหมู	10.00	กก.		
		ถั่วงอก	13.00	กก.		
		เต้าหู้เหลืองแข็ง (แผ่น)	29.40	แผ่น		
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.		
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด		
		น้ำปลา	0.35	ขวด		
เย็น	ผลไม้ ต้มข้าวกะหล่ำปลี	ส้มเขียวหวาน	16.00	กก.		
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.		
		กะหล่ำปลี	20.00	กก.		
		กะทิสำเร็จรูป	5.00	กก.		
		ตะไคร้สด	0.50	กก.		
		ใบมะกรูดสด	0.05	กก.		
		พริกขี้หนูสด	0.50	กก.		
		น้ำมันงาแท้	0.50	ขวด		
		น้ำปลา	0.57	ขวด		
		ผักชี	0.20	กก.		
		ต้นหอม	0.50	กก.		
		ข้าวสาคู	0.50	กก.		
		เช้า วันที่ 25 แดงร้านผัดไข่	ไข่ไก่	ไข่ไก่	30.00	ฟอง
				แตงร้าน	15.00	กก.
น้ำตาลปี๊บ/น้ำตาลปี	0.30			กก.		
กระเทียมไทยแห้ง	0.20			กก.		
น้ำมันปาล์ม	1.00			ขวด		
น้ำปลา	0.35			ขวด		

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 25		
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ก๋วยเตี๋ยวไก่แห้ง	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่สด	12.00	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.
		ต้นหอม	1.00	กก.
		ผักชี	0.50	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ถั่วงอก	1.00	กก.
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด
		พริกป่น	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.
		ถั่วงอก	5.00	กก.
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.00	ขวด
	แกงบัวตอกฟักทอง	ฟักทอง	8.00	กก.
		กะทิสำเร็จรูป	5.00	กก.
		น้ำตาลทรายขาว	3.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	3.00	กก.
		เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.01	กก.
		ฟักเขียว	15.00	กก.
		หมูเนื้อแดง	2.59	กก.
เย็น	แกงเลียงหมูฟักเขียว	หอมแดงแห้ง	0.50	กก.
		กะปิ	0.30	กก.
		กระชายสด	0.50	กก.
		พริกไทยป่น	0.40	ขวด
		ใบแมงลักสด	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.30	ขวด
		หัวผักกาดสด/หัวไชเท้า	4.00	กก.
		ผักกาดขาว	4.00	กก.
		ผักคะน้า	4.00	กก.
		ผักกวางตุ้ง	4.00	กก.
		เห็ดหอมแห้ง	0.30	กก.
		หมูเนื้อแดง	3.50	กก.
		ฟองเต้าหู้	1.00	ถุง
		หน่อไม้สด(หน่อ)*	0.30	กก.
		น้ำตาลทรายขาว	0.20	กก.
		เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.01	กก.
เช้า วันที่ 26	ต้มจับฉ่ายหมู	ซีอิ๊วขาว	1.00	ขวด
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม

$\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 26			
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย	
กลางวัน	ข้าวต้มไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	9.00	กก.	
		ผักชี	0.50	กก.	
		ต้นหอม	1.00	กก.	
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.	
		พริกไทยป่น	1.00	ขวด	
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		น้ำส้มสายชูกลั่น	1.42	ขวด	
		น้ำปลา	0.35	ขวด	
	ผลไม้	กล้วยน้ำว้า	4.50	กก.	
		เย็น ผักพริกหยวกไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	8.00	กก.
			ไข่ไก่	20.00	ฟอง
			พริกหยวก	10.00	กก.
			หอมใหญ่	2.00	กก.
เย็น	ผัดพริกหยวกไก่	น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.15	กก.	
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.20	กก.	
		น้ำปลา	0.72	ขวด	
		ซีอิ๊วหวาน	0.72	กก.	
	เช้า วันที่ 27 ผัดถั่วงอกเลือดหมูใส่เต้าหู้เหลือง	เลือดหมู	15.20	กก.	
		ถั่วงอก	13.00	กก.	
		เต้าหู้เหลืองแข็ง (แผ่น)	50.00	แผ่น	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		น้ำปลา	0.35	ขวด	

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

หมายเหตุ

สลับรายการมื้อ เข้า-เย็น

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 27		
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ข้าวคั่วลูกกะปิ	หมูสามชั้น	6.00	กก.
		กุ้งแห้งมีเปลือก	1.00	กก.
		ไข่ไก่	50.00	ฟอง
		กระเทียมไทยแห้ง	0.50	กก.
		หอมแดงแห้ง	1.00	กก.
		พริกขี้หนูสด	0.30	กก.
		น้ำมันงาแท้	0.75	ขวด
		ใบสาระแนแห้งสด	0.50	กก.
		กะปิ	1.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	1.00	กก.
		น้ำมันปาล์ม	3.00	ขวด
		น้ำปลา	0.30	ขวด
เย็น	แกงส้มผัสดกทะเล่าปลี (ปลาสิ่กุน)	ปลาสิ่กุน	12.00	กก.
		กะหล่ำปลี	5.00	กก.
		น้ำมันมะขามเปียก	1.30	ขวด
		พริกขี้หนูแห้ง	0.30	กก.
		ขมิ้นชัน	0.02	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.01	กก.
		กะปิ	0.10	กก.
เช้า วันที่ 28	ฟักทองผัดไข่	ไข่ไก่	57.00	ฟอง
		ฟักทอง	20.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.20	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 28		
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	ก๋วยเตี๋ยวไก่แห้ง	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่สด	15.00	กก.
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.
		ต้นหอม	1.00	กก.
		ผักชี	0.50	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ถั่วงอก	1.00	กก.
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด
		พริกป่น	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.
		ถั่วงอก	5.00	กก.
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.00	ขวด
		แตงโม	24.00	กก.
เย็น	ผลไม้ แกงอ่อมผักรวมไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.
		มะเขือเปราะ/มะเขือเจ้าพระยา	4.00	กก.
		ต้นหอม	2.00	กก.
		ผักชีลาว	2.00	กก.
		ผักกาดขาว	4.00	กก.
		พริกแกงอ่อม	1.50	กก.
		พริกชี้ฟ้าสด	1.00	กก.
		ใบมะกรูดสด	0.30	กก.
		น้ำปลาร้า	0.50	กก.
		น้ำปลา	0.35	ขวด
เช้า วันที่ 29	ผัดถั่วฝักยาวหมู	หมูเนื้อแดง	3.00	กก.
		ถั่วฝักยาว	12.20	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปี๊บ	0.30	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 29			
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย	
กลางวัน	ข้าวต้มไก่	ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.50	กก.	
		ผักชี	0.50	กก.	
		ต้นหอม	1.00	กก.	
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.	
		พริกไทยป่น	1.00	ขวด	
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		น้ำส้มสายชูกลั่น	1.40	ขวด	
		น้ำปลา	0.35	ขวด	
	ลอดช่องน้ำกะทิ	ลอดช่องสด	10.90	กก.	
		น้ำตาลทรายขาว	3.00	กก.	
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	3.00	กก.	
		กะทิสำเร็จรูป	5.00	กก.	
เย็น	ผัดฉ่าลูกชิ้นปลา เมี่ยงทอดหวาน มัน เค็ม	ลูกชิ้นปลา	5.00	กก.	
		กระชายสด	2.00	กก.	
		ใบกะเพราสด	1.00	กก.	
		พริกชี้ฟ้าสด	1.00	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.50	กก.	
		น้ำตาลทรายขาว	0.20	กก.	
		ซีอิ๊วขาว	0.75	ขวด	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
	ไข่ต้ม	ไข่ไก่	100.00	ฟอง	
		หมูเนื้อแดง	3.00	กก.	
		บวบเหลี่ยม	20.00	กก.	
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.30	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
เช้า วันที่ 30	ผัดบวบเหลี่ยมหมู	น้ำปลา	0.35	ขวด	

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 30		
มื้อ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	หัวผักกาดเค็มผัดไข่	ไข่ไก่	35.00	ฟอง
		ไข่โปะเค็ม/หัวผักกาดเค็ม	10.00	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	1.00	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด
เย็น	แกงคั่วไก่เทโพ	ไก่ชำแหละทั้งตัว	6.20	กก.
		ผักบุ้งไทย/ผักบุ้งแก้วไม่ตัดราก	23.00	กก.
		ผลมะกรูด	0.50	กก.
		ใบมะกรูดสด	0.10	กก.
		น้ำมะขามเปียก	2.63	ขวด
		กะทิสำเร็จรูป	6.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	0.50	กก.
		พริกแกงคั่ว	1.50	กก.
		หมูเนื้อแดง	6.00	กก.
		แตงกวา	8.00	กก.
เช้า วันที่ 31 ผักเป็รียวหวานแตงกวาหมู		มะเขือเทศ	3.00	กก.
		หอมใหญ่	3.00	กก.
		ต้นหอม	1.00	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		แป้งมัน	1.00	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีบ	0.50	กก.
		น้ำส้มสายชูกลั่น	0.71	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 31					
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย			
กลางวัน	เส้นหมี่ไก่แห้ง	เส้นหมี่แห้ง	6.50	กก.			
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.50	กก.			
		ถั่วงอก	5.00	กก.			
		ผักขึ้นฉ่าย	2.00	กก.			
		ต้นหอม	1.00	กก.			
		พริกชี้หนูสด	1.00	กก.			
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.			
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด			
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.			
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.			
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด			
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.14	กก.			
		น้ำปลา	0.57	กก.			
		ซีอิ๊วดำ	0.66	ขวด			
		ถั่วลิสงแห้งป่น	1.00	กก.			
		พริกป่น	0.30	กก.			
เย็น	ผลไม้ แกงเหลืองมะละกอดิบ (ปลาทุ)	มะม่วงดิบ	13.90	กก.			
		ปลาทุสด	7.00	กก.			
		พริกชี้หนูสด	1.00	กก.			
		ตะไคร้สด	0.10	กก.			
		หอมแดงแห้ง	0.20	กก.			
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.			
		ขมิ้นชัน	0.20	กก.			
		เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน	0.05	กก.			
		มะละกอดิบ	5.00	กก.			
		น้ำมะขามเปียก	0.52	ขวด			
		กะปิ	0.50	กก.			
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปี	0.50	กก.			
		น้ำปลา	0.35	ขวด			
		เช้า วันที่ 1 เดือนถัดไป	ผัดผักกวางตุ้งหมู	หมูเนื้อแดง	3.50	กก.	
				ผักกวางตุ้ง	15.00	กก.	
				น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปี	0.30	กก.	
แป้งมัน	1.00			กก.			
กระเทียมไทยแห้ง	0.20			กก.			
น้ำมันปาล์ม	1.00			ขวด			
เต้าเจี้ยวจีน	0.31			ขวด			
น้ำปลา	0.21			ขวด			

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 30 - เข้าวันที่ 1		
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย
กลางวัน	หัวผักกาดเค็มผัดไข่	ไข่ไก่	35.00	ฟอง
		ไข่โปะเค็ม/หัวผักกาดเค็ม	10.00	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	1.00	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
		น้ำปลา	0.35	ขวด
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	9.03	กก.
		ผักบุ้งไทย/ผักบุ้งแก้วไม่ตัดราก	23.00	กก.
		ผลมะกรูด	0.50	กก.
		ใบมะกรูดสด	0.10	กก.
เย็น	แกงคั่วไก่เทโพ	น้ำมันขามเปียก	2.63	ขวด
		กะทิสำเร็จรูป	6.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.50	กก.
		พริกแกงคั่ว	1.50	กก.
		หมูเนื้อแดง	5.50	กก.
		ผักกวางตุ้ง	15.00	กก.
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.30	กก.
		แป้งมัน	1.00	กก.
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด
เช้า วันที่ 1 เดือนถัดไป	ผัดผักกวางตุ้งหมู	เต้าเจี้ยวจีน	0.31	ขวด
		น้ำปลา	0.21	ขวด

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ

		วันที่ 28 เช้าวันที่ 1			
มือ	รายการอาหาร	วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้ต่อ 100 คน	หน่วย	
กลางวัน	ก๋วยเตี๋ยวไก่แห้ง	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่สด	15.00	กก.	
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.	
		ต้นหอม	1.00	กก.	
		ผักชี	0.50	กก.	
		พริกชี้ฟ้าสด	0.50	กก.	
		น้ำปลา	0.35	ขวด	
		ถั่วลิสงแห้งป่น	1.00	กก.	
		พริกไทยป่น	2.00	ขวด	
		พริกป่น	0.30	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.30	กก.	
		ตั้งฉ่าย	0.50	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		น้ำตาลทรายขาว	1.00	กก.	
		ถั่วงอก	5.00	กก.	
		น้ำส้มสายชูกลั่น	2.00	ขวด	
	ผลไม้ แกงอ่อมผักรวมไก่	แตงโม	24.18	กก.	
		ไก่ชำแหละทั้งตัว	5.00	กก.	
		มะเขือเปราะ/มะเขือเจ้าพระยา	4.00	กก.	
		ต้นหอม	2.00	กก.	
		ผักชีลาว	2.00	กก.	
		ผักกาดขาว	4.00	กก.	
		พริกแกงอ่อม	1.50	กก.	
		พริกชี้ฟ้าสด	1.00	กก.	
		ใบมะกรูดสด	0.30	กก.	
		น้ำปลาร้า	0.50	กก.	
		น้ำปลา	0.35	ขวด	
เช้า วันที่ 1 เดือนถัดไป	ผัดผักกวางตุ้งหมู	หมูเนื้อแดง	3.00	กก.	
		ผักกวางตุ้ง	14.00	กก.	
		น้ำตาลปีบ/น้ำตาลปีป	0.30	กก.	
		แป้งมัน	1.00	กก.	
		กระเทียมไทยแห้ง	0.20	กก.	
		น้ำมันปาล์ม	1.00	ขวด	
		เต้าเจี้ยวจีน	0.31	ขวด	
		น้ำปลา	0.21	ขวด	

หมายเหตุ : ปริมาณ 1 กิโลกรัม $\approx$ 1 ลิตร (ยกเว้นของเหลวที่เป็นน้ำมัน เช่น น้ำมันพืช จะมีปริมาณ 1.09 ลิตร)
 $\approx$ 1,000 กรัม
 $\approx$ 1,000 มิลลิลิตร

ลงชื่อ.....ประธานกรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ
ลงชื่อ.....กรรมการ