



คู่มือการจำแนก
อาหาร ขนมน นม
และเครื่องดื่ม
 ตามมาตรฐานโภชนาการ
สำหรับเด็กอายุ 3-15 ปี
 (ฉบับปรับปรุง)



คู่มือการจำแนก อาหาร ขนมน นม และเครื่องดื่ม
 WS115 1363ค 2561 ๑ 1



Barcode *10047570*
 หอสมุดวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์



สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
บทนำ	
แนวทางการจำแนก อาหาร ขนบ นม และเครื่องดื่ม ตามมาตรฐานโภชนาการสำหรับเด็กอายุ 3-15 ปี	1
ส่วนที่ 1	
แนวทางการจำแนกอาหารกลางวัน (อาหารคาว) ตามมาตรฐานโภชนาการ	3
ส่วนที่ 2	
แนวทางการจำแนกขนมและอาหารว่าง ตามมาตรฐานโภชนาการ	20
ส่วนที่ 3	
แนวทางการจำแนกขนมขบเคี้ยว / ขนมถุง นม และ เครื่องดื่มตามมาตรฐานโภชนาการ สำหรับให้บริการ / จำหน่ายในโรงเรียน	32
ภาคผนวก	
การอ่านฉลากโภชนาการ	48
ตัวอย่างสูตรมาตรฐานอาหารคาวที่นิยมบริโภค	55
เอกสารอ้างอิง	75