

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง
ฎีกายืมเงินรายจ่าย
ประจำปีงบประมาณ 2566

แผนงานการศึกษา
งานระดับก่อนวัยเรียนและประถมศึกษา

หมวดรายจ่าย ค่าใช้สอย
ประเภทรายจ่าย รายจ่ายเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะ
รายจ่ายหมวดอื่น ๆ

เลขที่ผู้เบิก ศพด..... 21./2566
วันที่จัดทำ 04 ก.ย. 2566
ผู้ยืมเงิน นางยาวารี คงมัยลิก

เลขที่คลังรับ 01 2566
วันที่คลังรับ 04 ก.ย. 2566

รายการ	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
ค่าตอบแทนวิทยากร ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม	1,935.00	สัญญาเลขที่.....06/2566.....
อื่น ๆ	-	ยืมเงินค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 35 บาท/คน จำนวน 21 คน ค่าตอบแทนวิทยากร 2 ชั่วโมง ๆ ละ 600
จำนวนเงินที่จ่ายสุทธิ	1,935.00	กิจกรรมจัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะ โภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็ก ปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ 2566

(ตัวอักษร) (หนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน)	
หน่วยงานผู้เบิก กองการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ขอยืมเงินเพื่อจ่ายตามรายการข้างต้น	ได้ตรวจสอบแล้วมีเงินคงเหลือเพียงพอที่จะเบิกจ่ายได้
(ลงชื่อ)..... หัวหน้าหน่วยงานผู้เบิก (นางยาวารี คงมัยลิก) หัวหน้าสถานศึกษา วันที่ 04 ก.ย. 2566	แหล่งเงินที่ขอเบิก คงเหลือยกมา คงเหลือยกไป เงินงบประมาณ 31,584.00 29,649.00 ✓ (ลงชื่อ)..... ผู้ตรวจสอบ (นางสาวปวีศา นิรภาดา) เจ้าพนักงานการเงินและบัญชีชำนาญงาน วันที่ 04 ก.ย. 2566

ได้ตรวจสอบเอกสารประกอบฎีกาครบถ้วนถูกต้องแล้ว	เรียน ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง เห็นควรให้เบิกจ่ายได้ตามจำนวนเงินข้างต้น
(ลงชื่อ)..... ผู้ตรวจฎีกา (นางสาววรรณมา สุวรรณะ) หัวหน้าหน่วยงานคลังสถานศึกษา วันที่ 04 ก.ย. 2566	(ลงชื่อ)..... (นางสาววรรณมา สุวรรณะ) หัวหน้าหน่วยงานคลังสถานศึกษา วันที่ 04 ก.ย. 2566

เรียน นายองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง เห็นควรอนุมัติให้เบิกจ่ายได้ตามจำนวนเงินข้างต้น	อนุมัติให้เบิกจ่ายได้ จำนวน 1,935.00 บาท
(ลงชื่อ)..... (นายสุริย์ กองบก) ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง วันที่ 04 ก.ย. 2566	(ลงชื่อ)..... (นายวินัย อำนวยนิติกุล) นายองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง วันที่ 04 ก.ย. 2566

ธนาคารกรุงไทย (สาขาสตูล) บัญชีเลขที่ 910-6-048-749	ผู้ลงนามในเช็ค/ใบถอน
เลขที่เช็ค..... ลงวันที่ 04 ก.ย. 2566	(ลงชื่อ)..... ผู้ลงนาม
จำนวนเงิน 1,935.00 บาท (หนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน)	(นายสุริย์ กองบก)
จ่ายให้ นางยาวารี คงมัยลิก	(ลงชื่อ)..... ผู้ลงนาม
	(นางสาววรรณมา สุวรรณะ)
	(ลงชื่อ)..... ผู้ลงนาม
	(นางยาวารี คงมัยลิก)

การจ่ายเงินเป็นไปตามรายงานการจัดทำเช็ค/ใบถอน เลขที่..... ลงวันที่.....

งบรายละเอียดใบสำคัญประกอบฎีกา

องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล
 กอง/แผนก.....ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านอลุง องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง
 ฎีกาเบิกเงินรายจ่าย.....นอก.....งบประมาณที่.....21/ 2566 วันที่.....04 ก.ย. 2566
 หมวด.....ค่าใช้สอย.....ประเภท.....รายจ่ายเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะหมวดรายจ่ายอื่นๆ.....
 เงิน.....1,935 บาท.....-.....สตางค์ ผลัดส่งใบสำคัญ.....-.....ฉบับ

ใบสำคัญ	รายการ	จำนวนเงิน		จำนวนเงิน		หมายเหตุ
		บาท	สต.	บาท	สต.	
1.	เพื่อเบิกจ่ายเงินยืมงบประมาณ จ่ายเป็นค่าใช้จ่ายตามกิจกรรมจัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ 2566 ตามสัญญายืมเงินเลขที่ 06/2566 ให้กับนางยาวารี คงมัยลิก เป็นเงิน	1,935	-	1,935		
รวมยอดเงินที่เบิกตามฎีกานี้						
				1,935	-	

ได้ตรวจสอบแล้ว ขอรับรองว่ารายการและตัวเลขที่ปรากฏข้างบนนี้ถูกต้อง

(ลงชื่อ).....
 (นางสาววรรณมา สุวรรณะ)
 หัวหน้าหน่วยงานคลังสถานศึกษา

(ลงชื่อ).....
 (นางยาวารี คงมัยลิก)
 หัวหน้าสถานศึกษา

ใบรับรองของผู้เบิก

เลขที่รับ..... 21/ 2565

วัน/เดือน/ปี/ที่รับ..... 04 ก.ย. 2566

ข้าพเจ้า.....นางยวารี คงมัยลิก.....ตำแหน่ง.....หัวหน้าสถานศึกษา.....

ขอรับรองว่าการเบิกหมวด.....ค่าใช้สอย.....ประเภท.....รายจ่ายเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะ
รายจ่ายหมวดอื่นๆ รวมเป็นเงิน 1,935 บาท (เงินหนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบบาทถ้วน) ตามฎีกานอกที่ 21/2565
ลงวันที่ 04 ก.ย. 2566 ได้ดำเนินการตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยการรับเงิน การ
เบิกจ่ายเงิน การฝากเงิน การเก็บรักษาเงิน และการตรวจเงินองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ. 2547 และแก้ไข
เพิ่มเติมจนถึง (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2561

วันที่..... 04 ก.ย. 2566



(นางยวารี คงมัยลิก)
หัวหน้าสถานศึกษา
ผู้เบิก

สัญญาการยืมเงิน

องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง (ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง)

เลขที่..... ๖ / 25๖๖

วันครบกำหนด.....

ยื่นต่อหัวหน้าหน่วยงานคลังสถานศึกษา

ข้าพเจ้า นางยาวารี คงมัยลิก ตำแหน่ง ครู

สังกัด กองการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม จังหวัด สตูล

มีความประสงค์ขอยืมเงินจากศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง

เพื่อยืมเงินงบประมาณรายจ่ายเป็นค่าตอบแทนวิทยากร ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม กิจกรรมจัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครอง เกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖

แหล่งเงิน เงินงบประมาณ

ประมาณค่าใช้จ่าย

ลำดับที่	รายการ	จำนวนเงิน(บาท)
1	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 21 คน ๆ ละ 35 บาท	735.00
2.	ค่าตอบแทนวิทยากร 2 ชั่วโมง ๆ ละ 600 บาท	1,200.00
จำนวนเงิน	(หนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน) รวม	1,935.00

ข้าพเจ้าสัญญาว่าจะปฏิบัติตามระเบียบของทางราชการทุกประการ และจะนำไปสำคัญคู่จ่ายที่ต้องพร้อมทั้งเงินเหลือจ่าย (ถ้ามี) ส่งใช้ภายในกำหนดไว้ในระเบียบการเบิกจ่ายเงินคลัง คือ ภายใน 30 วัน ถ้าข้าพเจ้าไม่ส่งตามกำหนด ข้าพเจ้ายินยอมให้หักเงินเดือน ค่าจ้าง เบี้ยหวัด บำเหน็จ บำนาญ หรือเงินอื่นใดที่ข้าพเจ้าจะพึงได้รับจากทางราชการชดใช้จำนวนเงินที่ยืมไปจนครบถ้วนได้ทันที

ลายมือชื่อ..... ผู้ยืม วันที่ 04 ก.ย. 2566

เสนอ นายองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

ได้ตรวจสอบแล้ว เห็นควรอนุมัติให้ยืมตามสัญญาการยืมเงินฉบับนี้ได้จำนวน 1,935บาท (หนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน)

ลงชื่อ..... วันที่ 04 ก.ย. 2566

(นางสาววรรณมา สุวรรณะ)

หัวหน้าหน่วยงานคลังสถานศึกษา

คำอนุมัติ

อนุมัติให้ยืมเงินตามเงื่อนไขข้างบนได้ เป็นเงิน 1,935 บาท (หนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน)

ลงชื่อผู้อนุมัติ..... วันที่ 04 ก.ย. 2566

(นายวินัย อำนวยนิตกุล)

นายองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

ใบรับเงิน

ได้รับเงินยืม จำนวน 1,935 บาท (หนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน) ไปเป็นการถูกต้องแล้ว

ลงชื่อ..... วันที่ 04 ก.ย. 2566



ที่ สด ๗๒๐๐๕/

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง
อำเภอเมือง จังหวัดสตูล ๙๑๐๐๐

กันยายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์วิทยากรบรรยายให้ความรู้

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเจ๊ะบิลัง

ด้วย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง สังกัดองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล จะจัดกิจกรรมกิจกรรมอบรมให้ความรู้แก่ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย เพื่อให้เด็กที่มีภาวะทุพโภชนาการได้รับอาหารเช้าที่มีคุณค่าทางสารอาหารครบ ๕ หมู่ มีภาวะโภชนาการที่ดี มีร่างกายสูงดี สมส่วนและมีพัฒนาการสมวัยทุกคน

ในการนี้ องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์วิทยากรมาบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับ “ภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย” จากหน่วยงานของท่าน คือ นางกฤษณี ปิริยะ ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ในวันอังคาร ที่ ๔ กันยายน ๒๕๖๖ เวลา ๑๓.๓๐ น. เป็นต้นไป ณ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดีเช่นที่ผ่านมาจึงใคร่ขอขอบคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นายวินัย อำมาตย์นิติกุล)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

กองการศึกษา องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

โทรศัพท์ ๐-๗๔๗๕-๐๗๘๖

โทรสาร ๐-๗๔๗๕-๐๗๘๕

www.jehbilang.go.th

“ชื่อสัตย์ สุจริต มุ่งสัมฤทธิ์ของงาน ยึดมั่นมาตรฐาน บริการด้วยใจเป็นธรรม”



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง โทร ๐๗๔-๗๕๐๗๘๕

ที่ สค ๗๒๐๐๕.๑ /

วันที่ 04 ก.ย. 2566

เรื่อง ขออนุมัติดำเนินการกิจกรรมจัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัยภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖

เรียน นายกององค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

๑. เรื่องเดิม

๑.๑ ตามแผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ พุทธศักราช ๒๕๖๖ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง ยุทธศาสตร์ที่ ๖ การส่งเสริมภาวะโภชนาการ สุขภาพอนามัย และสุขนิสัย กลยุทธ์การพัฒนาที่ ๖.๑ ส่งเสริมภาวะโภชนาการ สุขภาพอนามัยและสุขนิสัย โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ตั้งจ่ายไว้ ๘๘,๕๓๑ บาท เพื่อจ่ายเป็นค่าอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง ที่มีภาวะทุพโภชนาการ จำนวน ๑๖ คน อัตรา คนละ ๑๒ บาทต่อวัน ๒๔๕ วัน ตั้งจ่ายจากเงินที่ได้รับสนับสนุนจากหน่วยงานอื่น (สปสช.) และ เงินที่มีผู้อุทิศให้แก่สถานศึกษา ปรากฏในแผนพัฒนาการศึกษา (พ.ศ.๒๕๖๖-๒๕๗๐) ยุทธศาสตร์ที่ ๖ การส่งเสริมภาวะโภชนาการ สุขภาพอนามัย และสุขนิสัย

๑.๒ ตามที่ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง ได้รับสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ (สปสช.) องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง เมื่อวันที่ ๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ จำนวน ๗๔,๒๕๖ บาท เพื่อจ่ายเป็นค่าใช้จ่ายตามโครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง กิจกรรมที่ ๑ จัดจ้างเหมาประกอบอาหารเช้าสำหรับเด็กศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง จำนวน ๑๖ คน ๆ ละ ๒๑ บาท จำนวน ๒๑๒ วัน จำนวนเงิน ๗๑,๒๓๒ บาท กิจกรรมที่ ๒ จัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย จำนวน ๑๖ คน จำนวนเงิน ๓,๐๒๔ บาท รายละเอียดแนบท้าย

๒. ข้อเท็จจริง

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง มีความประสงค์ขออนุมัติดำเนินการกิจกรรมจัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ซึ่งกิจกรรมที่ ๑ จัดจ้างเหมาประกอบอาหารเช้าสำหรับเด็กศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง จำนวน ๑๖ คน ๆ ละ ๒๑ บาท ได้ดำเนินการไปแล้ว ส่วนกิจกรรมที่ ๒ จัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย จำนวน ๑๖ คน ยังมีได้ดำเนินการ จึงมีความจำเป็นจะต้องขออนุมัติดำเนินการกิจกรรมจัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย กิจกรรมที่ ๒ ดังกล่าว

๓. ข้อเสนอเพื่อโปรดพิจารณา

หากพิจารณาแล้วเห็นชอบ โปรดลงนามอนุมัติสั่งการ เพื่อดำเนินการตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(ลงชื่อ)

(นางยาวารี คงมัยลิก)

ครู ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าศูนย์ฯ

ความเห็น ผู้อำนวยการกองการศึกษา

-/พธพ/วธ/วธ

(ลงชื่อ)

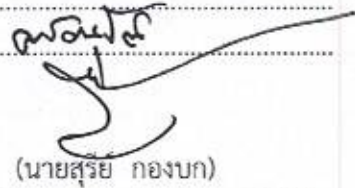
(นางสาววรรณ สุวรรณะ)

ผู้อำนวยการกองการศึกษา

ความเห็นของปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล

.....
.....

(ลงชื่อ)



(นายสุรย์ กองบก)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

พิจารณาแล้ว

อนุมัติ

ไม่อนุมัติ เนื่องจาก.....

(ลงชื่อ)



(นายวินัย อำมาตย์นิติกุล)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

รายละเอียดแนบท้าย

ประมาณการค่าใช้จ่าย กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย
ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง
องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล

ลำดับที่	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวน	จำนวนเงิน (บาท)
๑	ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ๆ ละ ๖๐๐	๑ คน	๑,๒๐๐.๐๐
๒	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๓๕ บาท x ๒๑ คน หมายเหตุ ผู้ปกครอง ๑๖ คน ครู ๔ คน วิทยากร ๑ คน	๒๑ คน	๗๓๕.๐๐
๓	ค่าป้ายไว้นิส ๐.๗๕x๑.๕๐ เมตร	๑ ป้าย	๑๗๐.๐๐
๔	ค่าใช้จ่ายอื่นๆ		๙๑๙.๐๐
รวม			๓,๐๒๔.๐๐
หมายเหตุ: ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยได้ตามความเหมาะสม			

กำหนดการกิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ประกอบการเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย
ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง
องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล

เวลา ๑๒.๓๐ - ๑๓.๐๐ น.

ลงทะเบียน

เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.

กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ประกอบการเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย โดย
วิทยากร นางกฤษณี ปิริยะ จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเจ๊ะบิลัง

องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง (ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านดลุง)

ฎีกาเบิกเงินรายจ่าย
ประจำปีงบประมาณ 2566

แผนงาน การศึกษา
งาน งานระดับก่อนวัยเรียนและประถมศึกษา
เลขที่ผู้เบิก ศพด. ๙๑./2566
วันที่จัดทำ 07 ก.ย. 2566

หมวดรายจ่าย ค่าใช้สอย
ประเภทรายจ่าย รายจ่ายเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายหมวดอื่นๆ
เลขที่คลังรับ ๙๑./2566
วันที่คลังรับ 07 ก.ย. 2566

รายการ	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
มูลค่าสินค้าหรือบริการ	1,935.00	ส่งใช้เงินยืม
บวก ภาษีมูลค่าเพิ่ม	-	สัญญาเลขที่...06.../2566..... ยืม :1,935 บาท
จำนวนเงินที่ขอเบิก	1,935.00	ส่งใช้ด้วยใบสำคัญรับเงินจำนวน 1,935บาท
หัก ภาษีหัก ณ ที่จ่าย	-	ส่งใช้ด้วยเงินสดจำนวน : 0 บาท ขอส่งใช้เงินยืมเงินงบประมาณ
ส่งใช้เงินยืม	1,935.00	คณะกรรมการให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัยภายใต้โครงการอาหารกลางวันแก่เด็กปฐมวัยศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านดลุงประจำปีงบประมาณ 2566
จำนวนเงินที่จ่ายสุทธิ	-	

ตัวอักษร) (ศูนย์บาทถ้วน)

ช่วยงานผู้เบิก ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านดลุง
ขอเบิกเงินรายจ่ายตามรายการข้างต้น

(ลงชื่อ)..... หัวหน้าหน่วยงานผู้เบิก
(นางยาวารี คงมัยลิก)
หัวหน้าสถานศึกษา
วันที่ 07 ก.ย. 2566

ได้ตรวจสอบแล้วมีเงินคงเหลือเพียงพอที่จะเบิกจ่ายได้

แหล่งเงินที่ขอเบิก คงเหลือยกมา คงเหลือยกไป
เงินงบประมาณ 1,935.00 บาท บาท
(ลงชื่อ)..... ผู้ตรวจสอบ
(นางสาวปวีศา นีรภาดา)
เจ้าหน้าที่งานการเงินและบัญชี
วันที่ 07 ก.ย. 2566

ได้ตรวจสอบเอกสารประกอบฎีกาครบถ้วนถูกต้องแล้ว

(ลงชื่อ)..... ผู้ตรวจฎีกา
(นางสาวระรณา สุวรรณะ)
หัวหน้าหน่วยงานคลังสถานศึกษา
วันที่ 07 ก.ย. 2566

เรียน ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง
เห็นควรให้ส่งใช้เงินยืมได้ตามจำนวนเงินข้างต้น

(ลงชื่อ).....
(นางสาวระรณา สุวรรณะ)
หัวหน้าหน่วยงานคลังสถานศึกษา
วันที่ 07 ก.ย. 2566

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง
เห็นควรอนุมัติให้ส่งใช้เงินยืมได้ตามจำนวนเงินข้างต้น

(ลงชื่อ).....
(นายสุริย์ กองบก)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง
วันที่ 07 ก.ย. 2566

อนุมัติให้ส่งใช้ได้

จำนวน 1,935.00 บาท
(ลงชื่อ).....
(นายวินัย อามาศย์นิตกุล)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง
วันที่ 07 ก.ย. 2566

ธนาคาร บัญชีเลขที่

เลขที่เช็ค ลงวันที่

จำนวนเงิน บาท (ศูนย์บาทถ้วน)

จ่ายให้

ผู้ลงนามในเช็ค/ใบถอน

(ลงชื่อ)..... ผู้ลงนาม
(ลงชื่อ)..... ผู้ลงนาม
(ลงชื่อ)..... ผู้ลงนาม

การจ่ายเงินเป็นไปตามรายงานการจัดทำเช็ค/ใบถอน เลขที่..... ลงวันที่.....

งบรายละเอียดใบสำคัญประกอบฎีกา

องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล
 กอง/แผนก.....ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง.....
 ฎีกาเบิกเงินรายจ่าย.....ตาม.....งบประมาณที่ 71 / 2566 วันที่..... 07 ก.ย. 2566
 หมวด.....ค่าใช้สอย.....ประเภท.....รายจ่ายเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะหมวดรายจ่ายอื่นๆ.....
 เงิน.....1,935.....บาท.....-.....สตางค์ ผลัดส่งใบสำคัญ.....-.....ฉบับ

ใบสำคัญ	รายการ	จำนวนเงิน		จำนวนเงิน		หมายเหตุ
		บาท	สต.	บาท	สต.	
1	เพื่อส่งใช้เงินยืมตามเงินงบประมาณ ตามกิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ตามสัญญาหมายเลขที่ 06/2566 ลว. 4 กันยายน 2566 เป็นเงิน	1,935	-	1,935	-	
รวมยอดเงินที่เบิกตามฎีกานี้				1,935	-	

ได้ตรวจสอบแล้ว ขอรับรองว่ารายการและตัวเลขที่ปรากฏข้างบนนี้ถูกต้อง

(ลงชื่อ).....

(นางสาววรรณฯ สุวรรณะ)
หัวหน้าหน่วยงานคลังสถานศึกษา

(ลงชื่อ).....

(นางยาวารี คงมัยลิก)
หัวหน้าสถานศึกษา

ใบรับรองของผู้เบิก

เลขที่รับ ๙๑ / 2566

วัน/เดือน/ปี/ที่รับ 07 ก.ย. 2566

ข้าพเจ้า นางยวารี คงมัยลิก ตำแหน่ง หัวหน้าสถานศึกษา

ขอรับรองว่าการเบิกหมวด ค่าใช้สอย ประเภท รายจ่ายเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่าย
หมวดอื่นๆ รวมเป็นเงิน 1,935 บาท (เงินหนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบล้านบาทถ้วน) ตามฎีกาเลขที่ ๙๑ / 2566
ลงวันที่ 07 ก.ย. 2566 ได้ดำเนินการตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยการรับเงิน การเบิก
จ่ายเงิน การฝากเงิน การเก็บรักษาเงิน และการตรวจเงินองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ.2547 และแก้ไขเพิ่มเติม
จนถึง (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2561

๐๗ ก.ย. ๒๕๖๖

วันที่.....

ลงวันที่.....

(นางยวารี คงมัยลิก)
หัวหน้าสถานศึกษา
ผู้เบิก



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ศพด.บ้านฉลุง กองการศึกษาฯ องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง โทร.074-750785

ที่ สด 72005.1/-

วันที่ 07 ก.ย. 2566

เรื่อง ขออนุมัติส่งใช้เงินยืม กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง ประจำปีงบประมาณ 2566

เรียน นายองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

1. เรื่องเดิม

ตามบันทึกของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง ที่ สด 72005.1/ลงวันที่ 26 กรกฎาคม 2566 เรื่อง ขออนุมัติ กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ 2566 ตามสัญญาอิมเงิน เลขที่ 06 /2566 ลงวันที่ 4 กันยายน 2566 เป็นเงิน 1,935 บาท (เงินหนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบบาทถ้วน) นั้น

2. ข้อเท็จจริง

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง มีความประสงค์จะขอส่งใช้เงินอิมเงินงบประมาณ กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ 2566 ตามสัญญาอิมเงิน เลขที่ 06 /2566 ลงวันที่ 4 กันยายน 2566 เป็นเงิน 1,935 บาท (เงินหนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบบาทถ้วน)

3. ข้อระเบียบ/กฎหมาย

ตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยการรับเงิน การฝากเงิน การเก็บรักษาเงินและการตรวจเงินขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ. 2547 และ แก้ไขเพิ่มเติมจนถึงฉบับที่ 4 พ.ศ. 2561 ข้อ 84 การจ่ายเงินจะจ่ายได้ แต่เฉพาะที่ผู้ยืมได้ทำสัญญาการอิมเงินตามแบบที่กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นกำหนดและผู้บริหารท้องถิ่น ได้อนุมัติให้จ่ายเงินอิมเงินตามสัญญาการอิมแล้วเท่านั้น โดยจะต้องเป็นไปตามเงื่อนไขฯ

4. ข้อเสนอพิจารณา

เห็นควรพิจารณาอนุมัติ ให้ส่งใช้เงินอิมเงินงบประมาณ กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ 2566 เป็นเงิน 1,935 บาท (เงินหนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบบาทถ้วน)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(ลงชื่อ).....


นางย่าวารี คงมัยลิก

เจ้าหน้าที่การเงินศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก

ความเห็นหัวหน้าสถานศึกษา

เพื่อไม่ขัดข้อง

(ลงชื่อ)


(นางยาวารี คงมัยลิก)

หัวหน้าสถานศึกษา

ความเห็นของปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล

พร้อม

(ลงชื่อ)

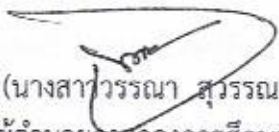

(นายสุรีย์ กองบก)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

ความเห็นผู้อำนวยการกองการศึกษา

-พร้อม

(ลงชื่อ)


(นางสาววรรณ สุวรรณะ)

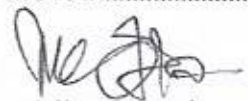
ผู้อำนวยการกองการศึกษา

พิจารณาแล้ว

อนุมัติ

ไม่อนุมัติ เนื่องจาก.....

(ลงชื่อ)


(นายวินัย อำมาตย์นิติกุล)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

สัญญาการยืมเงิน
องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง (ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง)

เลขที่..... ๖ / ๒๕๖๖
วันครบกำหนด.....

ยื่นต่อหัวหน้าหน่วยงานคลังสถานศึกษา

ข้าพเจ้า นางยาวารี คงมัยลิก ตำแหน่ง ครู

สังกัด กองการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม จังหวัด สตูล

มีความประสงค์ขอยืมเงินจากศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง

เพื่อยืมเงินงบประมาณรายจ่ายเป็นค่าตอบแทนวิทยากร ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม กิจกรรมจัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖

แหล่งเงิน เงินงบประมาณ

ประมาณค่าใช้จ่าย

ลำดับที่	รายการ	จำนวนเงิน(บาท)
1	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 21 คน ๆ ละ 35 บาท	735.00
2.	ค่าตอบแทนวิทยากร 2 ชั่วโมง ๆ ละ 600 บาท	1,200.00
จำนวนเงิน	(หนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน) รวม	1,935.00

ข้าพเจ้าสัญญาว่าจะปฏิบัติตามระเบียบของทางราชการทุกประการ และจะนำใบสำคัญคู่จ่ายที่ถูกต้องพร้อมทั้งเงินเหลือจ่าย (ถ้ามี) ส่งใช้ภายในกำหนดไว้ในระเบียบการเบิกจ่ายเงินคลัง คือ ภายใน 30 วัน ถ้าข้าพเจ้าไม่ส่งตามกำหนด ข้าพเจ้ายินยอมให้หักเงินเดือน ค่าจ้าง เบี้ยหวัด บำเหน็จ บำนาญ หรือเงินอื่นใดที่ข้าพเจ้าจะพึงได้รับจากทางราชการชดใช้จำนวนเงินที่ยืมไปจนครบถ้วนได้ทันที

ลายมือชื่อ..... ผู้ยืม วันที่ 04 ก.ย. 2566

เสนอ นายองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

ได้ตรวจสอบแล้ว เห็นควรอนุมัติให้ยืมตามสัญญาการยืมเงินฉบับนี้ได้จำนวน 1,935 บาท (หนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน)

ลงชื่อ..... วันที่ 04 ก.ย. 2566

(นางสาววรรณมา สุวรรณะ)

หัวหน้าหน่วยงานคลังสถานศึกษา

คำอนุมัติ

อนุมัติให้ยืมเงินตามเงื่อนไขข้างบนได้ เป็นเงิน 1,935 บาท (หนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน)

ลงชื่อผู้อนุมัติ..... วันที่ 04 ก.ย. 2566

(นายวินัย อามาศย์นิตกุล)

นายองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

ใบรับเงิน

ได้รับเงินยืม จำนวน 1,935 บาท (หนึ่งพันเก้าร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน) ไปเป็นการถูกต้องแล้ว

ลงชื่อ..... วันที่ 04 ก.ย. 2566

ใบสำคัญรับเงิน

สำหรับวิทยากร

ชื่อส่วนราชการ..... ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง..... องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง.....
..... ตำบลเจ๊ะบิลัง..... อำเภอเมืองสตูล..... จังหวัดสตูล.....

กิจกรรม/โครงการ..... กิจกรรมจัดอบรมผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้า
แก่เด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง..... ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2566.....

วันที่..... 05 ก.ย. 2566.....

ข้าพเจ้า..... อยู่บ้านเลขที่..... หมู่ที่..... ตำบล.....
อำเภอ..... จังหวัด..... ได้รับเงินจาก..... ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง..... ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน
ค่าวิทยากรให้ความรู้ กิจกรรมจัดอบรมผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะ โภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2566 ชั่วโมงละ 600 บาท จำนวน 2 ชั่วโมง เป็นเงิน	๑,๒๐๐
บาท	๑,๒๐๐ / -

จำนวนเงิน (-เงินหนึ่งพันสองร้อยบาทถ้วน-)

(ลงชื่อ)..... กุลนิจ์ ปิรีงะ..... ผู้รับเงิน
(..... นวายุงก์ ปิรีงะ.....)

(ลงชื่อ)..... ..... ผู้จ่ายเงิน

(นางยาวารี คงมัยลิก)

ตำแหน่ง..... ครู.....

อาหารและโภชนาการสำหรับเด็กปฐมวัย

อาหารคืออะไร โภชนาการหมายถึงอะไร อาหารและโภชนาการแตกต่างกันอย่างไร

อาหารคืออะไร โภชนาการหมายถึงอะไร อาหารและโภชนาการแตกต่างกันอย่างไร

ความหมายของอาหารและโภชนาการ

อาหาร หมายถึง สิ่งที่มีมนุษย์กิน ดื่मหรือรับเข้าสู่ร่างกายช่วยซ่อมแซมอวัยวะที่สึกหรอ และทำให้กระบวนการต่างๆในร่างกายดำเนินไปอย่างปกติ ซึ่งรวมถึงน้ำ ด้วยอาหารแต่ละอย่างเมื่อนำมาวิเคราะห์ดูแล้วมีส่วนประกอบที่แตกต่างกัน และให้ ประโยชน์ต่อร่างกายต่างกัน ดังนั้น อาหารประจำวันของมนุษย์ จึงจำเป็นต้อง ประกอบด้วยอาหารหลายๆ อย่างเพื่อร่างกายจะได้รับสารอาหารที่จำเป็นต่อ ร่างกายครบถ้วน อาหารอาจเป็นทั้งของแข็ง ของเหลว หรือก๊าซ เช่นอากาศที่เราหายใจเข้าไป เลือด น้ำเกลือ หรือยาฉีด ที่แพทย์จัดให้ผู้ที่มิ่ร่างกายที่อยู่ในภาวะผิดปกติก็นับว่าเป็น อาหารด้วย

โภชนาการ หมายถึง ความต้องการสารอาหาร การเปลี่ยนแปลง ของอาหารในร่างกาย และร่างกายเอาสารอาหารไปใช้ทำอะไรบ้าง ตลอดจนถึงการย่อย การดูดซึม และการขับถ่าย

ความสำคัญของอาหารและโภชนาการที่มีผลต่อสุขภาพ

สุขภาพ หมายถึง ภาวะที่สมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจที่ปราศจากโรค และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขสาเหตุของความเปลี่ยนแปลงในร่างกายของคนเรา อาจเกิดจากการ บริโภคอาหารที่ไม่ถูกหลักโภชนาการ ซึ่งเกิดได้ทั้งการบริโภคอาหารที่น้อย หรือมากจนเกินไป ดังนั้น เราจึงควรบริโภคอาหารในปริมาณที่เพียงพอและ ได้สัดส่วนพอเหมาะกับความต้องการของร่างกาย รวมไปถึงการหุงต้มอย่าง ถูกวิธี และมีสารอาหารครบถ้วนตามความต้องการของร่างกาย และร่างกายก็ สามารถนำสารอาหารไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในการส่งเสริมสุขภาพอนามัยได้ อย่างเต็มที่ ซึ่งเรียกว่า " ภาวะโภชนาการที่ดี "

1. ภาวะโภชนาการที่ดีสภาพของร่างกายและจิตใจอันเป็นผลจากการรับประทานอาหาร ซึ่งมีปริมาณเพียงพอ กับความต้องการของร่างกาย และมีอาหารครบถ้วน จากทุกหมู่ มีสัดส่วนตามที่ร่างกายต้องการ รวมทั้งการที่ร่างกายสามารถ ใช้อาหารเหล่านั้นให้เป็นประโยชน์ต่อร่างกายได้อย่างเต็มที่ ผลก็คือทำให้ร่างกายแข็งแรง ผิวพรรณดี อารมณ์แจ่มใส ซึ่งลักษณะดังกล่าวถือได้ ว่าเป็นลักษณะที่แสดงถึงภาวะโภชนาการที่ดี

กระบี่กระบพร่า 10. รูปทรงสง่า ออกผาย ไหล่ผึ่ง หน้าท้องไม่ยื่น 11. มีความสนใจต่อสิ่งแวดล้อม 12. นอนหลับสนิท ตื่นขึ้นแจ่มใส กระบี่กระบพร่า ไม่ อ่อนเพลีย 13. รับประทานอาหารได้ดี ระบบการย่อยดี 14. มีการขับถ่ายตามปกติและเป็นเวลา 1. เต็บโตช้าไม่สมวัย แก่เกินวัย 2. ผอมหรืออ้วนเกินไป 3. กล้ามเนื้อแฟบ เล็ก ไม่มีกำลัง 4. ผิวพรรณซีดเซียว แห้งหรือมันมากเกินไป 5. ไขมันใต้ผิวหนังมีน้อยหรือมีไขมันไม่ถูกที่ 6. เยื่อぶตาและปากซีด หรือแดงเกินไป เป็นแผลได้ง่าย 7. เยื่อぶตาอักเสบ ฟันลูกตามีจุดไม่แจ่มใส หนังรอบตา มักจะบวม 8. ผมแห้งแตกปลายและขาดง่าย 9. มีความวิตกกังวลอยู่เสมอ ไม่แจ่มใส 10. รูปทรงไม่ดี ออกแฟบ ไหล่ห่อ หน้าท้องยื่น ฯลฯ 11. ตกใจง่าย เหนื่อยง่าย ไม่มีสมาธิ เคร้าซึม 12. นอนหลับไม่สนิท ตื่นขึ้นมายังมีอาการอ่อนเพลียอยู่ 13. เบื่ออาหาร 14. เหนื่อยง่าย เจ็บป่วยง่าย การขับถ่ายไม่เป็นปกติ เช่น ท้องผูก ท้องเดิน

อาหารหลัก 5 หมู่ คืออะไร

อาหารที่เรารับประทานในชีวิตประจำวันประกอบด้วย อาหารหลัก 5 หมู่ คือการ จัดอาหารทุกชนิดที่คนไทยบริโภคเป็นประจำออกเป็นหมวดหมู่ เรียกว่า อาหารหลัก 5 หมู่ของคนไทย แต่ในที่นี้จะเรียกว่า อาหารหลัก 5 หมู่

หมู่ที่ 1 ได้แก่ เนื้อสัตว์ ไข่ ถั่ว นม เป็นแหล่งของโปรตีน เกลือแร่ และวิตามิน รู้จัก กันในนาม หมู่เนื้อ หมู่ที่ 2 ได้แก่ ข้าว แป้ง น้ำตาล หัวเผือกหัวมัน ข้าวโพด อาหารที่ทำจากแป้ง ขนมหวาน พวกนี้รวมเรียกว่า คาร์โบไฮเดรต หรือหมู่แป้งและน้ำตาล หมู่ที่ 3 ได้แก่ พืชผักกินใบ และพืชผักอื่น ๆ ซึ่งมีเกลือแร่และวิตามินเป็นหลัก จัดเป็นหมู่ผัก หมู่ที่ 4 ได้แก่ ผลไม้หลากหลายชนิด ให้เกลือแร่และวิตามินเช่นกัน เรียกว่า หมู่ผลไม้ หมู่ที่ 5 ไขมันจากสัตว์และพืช พวกนี้มีไขมันที่ให้พลังงานสูง มีวิตามินบางชนิดที่ ละลายในไขมันได้ เรียกว่า หมู่ไขมัน

หมู่ที่ 1 นม ไข่ เนื้อสัตว์ต่างๆ ถั่วเมล็ดแห้งและงา

นม ไข่ เนื้อสัตว์ต่างๆ ถั่วเมล็ดแห้งและงา เป็นแหล่งโปรตีนที่ดี สามารถนำไปเสริมสร้าง ร่างกายให้เจริญเติบโต และซ่อมแซม เนื้อเยื่อ เสริมให้อยู่ในสภาพปกติ ในวัยเด็ก จำเป็นอย่างหนึ่งที่ต้อง ได้รับโปรตีนในปริมาณที่เพียงพอ และมีคุณภาพที่ดี วัยผู้ใหญ่ ควร เลือกกินโปรตีนที่สามารถย่อยง่ายและมีไขมันต่ำ เช่น เนื้อปลาและเพื่อไม่ให้เบื่ออาหาร ควรกินสลับกับถั่วเมล็ดแห้งบ้าง ทำให้เกิด ความหลากหลายในชนิดอาหาร

หมู่ที่ 2 ข้าว แป้ง เผือก มัน น้ำตาล

ข้าว แป้ง เผือก มัน น้ำตาล มีสารอาหารคาร์โบไฮเดรตเป็นแหล่ง อาหารสำคัญที่ให้พลังงาน ข้าวกล้องและข้าวซ้อมมือมีใยอาหาร วิตามินและ แร่ธาตุ เพื่อให้ร่างกายได้ประโยชน์มากที่สุด ควรกิน สลับกับ ผลิตภัณฑ์จากข้าวและธัญพืชอื่น ที่ให้พลังงานเช่นเดียวกับ ข้าว ได้แก่ ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน บะหมี่ ก๋วนเส้น หรือแป้งต่างๆ และไม่

ควรกินมากเกินไปเกินความต้องการเพราะอาหารประเภทนี้จะถูกเปลี่ยน และ เก็บสะสมไว้ในรูปของไขมันตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย ทำให้ เกิดโรคอ้วน

หมู่ที่ 3 ผักต่างๆอาหารหมู่ที่ 3 จะให้วิตามินและเกลือแร่แก่ร่างกายช่วย เสริมสร้างทำให้ร่างกายแข็งแรงมีแรงต้านทานเชื้อโรคและ ช่วยให้อวัยวะต่างๆทำงานได้อย่างเป็นปกติ อาหารที่สำคัญ ของหมู่ที่ 3 คือ ผักต่างๆ เช่น ตำลึง ผักบุ้ง ผักกาดและผักใบเขียวอื่นๆ นอกจากนั้นยังรวมถึงพืชผักอื่นๆ เช่น มะเขือ ฟักทอง ถั่วฝักยาว เป็นต้น นอกจากนั้น อาหารหมู่ที่ 3 จะมี กากอาหารที่ถูกขับถ่ายออกมาเป็นอุจจาระทำให้ลำไส้ทำงาน เป็นปกติ

หมู่ที่ 4 ผลไม้ต่างๆผลไม้ต่างๆ จะให้วิตามินและเกลือแร่ ช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง มี แรงต้านทานโรคและมี กากอาหารช่วยทำให้การขับถ่ายของลำไส้เป็น ปกติ อาหารที่สำคัญ ได้แก่ ผลไม้ต่างๆ เช่น กล้วย มะละกอ ส้ม มังคุด ลำไย เป็นต้น

หมู่ที่ 5 ไขมันและน้ำมัน

ไขมันและน้ำมัน จะให้สารอาหารประเภทไขมันมาก จะให้พลังงาน แก่ร่างกาย ทำให้ร่างกายเจริญเติบโต ร่างกายจะสะสมพลังงานที่ได้ ไว้ได้มีหวังตามส่วน ต่างๆ ของร่างกาย เช่น บริเวณสะโพก ต้นขา เป็นต้น ไขมันที่สะสมไว้เหล่านี้จะให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายและให้ พลังงานที่สะสมไว้ใช้ในเวลาที่จำเป็นระยะยาว อาหารที่สำคัญ ได้แก่ ไขมันจากสัตว์ เช่น น้ำมันหมู รวมทั้งไขมันที่แทรกอยู่ในเนื้อสัตว์ ต่างๆ ด้วย และไขมันที่ได้จากพืช เช่น กะทิ น้ำมันรำ น้ำมันถั่ว เหลือง น้ำมันปาล์ม เป็น

เพลงอาหารหลัก 5 หมู่อาหารหลัก 5 หมู่ของไทย ทุกคนจำไว้ย่อได้แปรผัน หมู่ 1 กินเนื้อ นม ไข่ ถั่วเมล็ดช่วย ให้เติบโตแข็งแรง หมู่ 2 ข้าว แป้ง เผือก มัน และน้ำตาล จะให้พลัง หมู่ 3 กินผักต่างๆ สารอาหารมากมายกิน เป็นอาจิดน หมู่ 4 กินผลไม้ สีเขียวเหลืองบ้างมีวิตามิน หมู่ 5 อย่าได้ลืมกิน ไขมันทั้งสิ้น อบอุ่นร่างกาย

ประเภทของอาหาร 1. โปรตีน 2. คาร์โบไฮเดรต 3. ไขมัน 4. วิตามิน 5. เกลือแร่ 6. น้ำ โยอาหาร

1. โปรตีนโปรตีนเป็นสารอาหารชนิดหนึ่งที่ร่างกายขาดไม่ได้ ถ้านำเอาโปรตีนมาวิเคราะห์ทาง เคมี จะพบว่า ประกอบด้วยสารเคมีจำพวกหนึ่งเรียกว่า กรดอะมิโน (amino acid) ซึ่งแบ่งได้เป็น 2 พวก คือ 1. 1 ประเภทของ โปรตีน โปรตีนแบ่งเป็น 2 ประเภทคือ 1.1.1 กรดอะมิโนจำเป็น เป็นกรดอะมิโนที่ร่างกายสร้างไม่ได้ ต้องได้จาก อาหารที่กินเข้าไปเท่านั้น กรดอะมิโนที่อยู่ในกลุ่มนี้มีอยู่ ๘ ตัว คือ ฮิสติดีน (histidine) ไอโซลิวซีน (isoleucine) ลิวซีน (leucine) ไลซีน (lysine) เมไทโอนีน (methionine) เฟนิลอะลานีน (phenylalanine) ทรีโอนีน (threonine) ทรีปโตเฟน (tryptophan) และวาเลีน (valine) 1.1.2 กรดอะมิโนไม่จำเป็น เป็นกรดอะมิโนที่

เล่มที่ BOOK NO. วิมลชน นิสิตในศก
459 2.2 ต.เมืองเก่า อ.เมืองสุโขทัย
อ. สุโขทัย

เลขที่ BILL NO. _____

Receipt ใบเสร็จรับเงิน 現兑單

นาม 姓名 NAME ศพต. บ้านสูง วันที่ 日期 DATE ๕ มี.ย ๖๖
 ที่อยู่ 住址 ADDRESS 2.1 ต.เมืองเก่า อ.เมืองสุโขทัย อ. สุโขทัย
 เลขประจำตัวประชาชน IDENTIFICATION NO. _____ เลขประจำตัวเสียภาษี TAX IDENTIFICATION NO. _____

จำนวน QUANTITY 数量	รายการ DESCRIPTION 貨名	หน่วยละ UNIT PRICE 單價	จำนวนเงิน AMOUNT 銀額
21	ใบจ่ายเงินสหกรณ์การเกษตร	35	735 -
	อ.เมือง สุโขทัย		
	ผู้ปลูกข้าวในเขตชลประทาน		
	ที่จัดปลูกปี ๖๖ ของ ต.เมืองเก่า		
	ภาคเหนือ อ.เมืองสุโขทัย		
บาท BAHT 銖	เงินที่จ่ายโดย สหกรณ์การเกษตร		รวมเงิน TOTAL 銀額 735 -

เงินสด Cash เช็คเลขที่ Cheque No. _____

ผู้รับเงิน 收貨人 COLLECTOR วิมลชน นิสิตในศก ธนาคาร Bank _____ สาขา Branch _____


บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
 เลขประจำตัวประชาชน Identification Number 3 9101 00015 19 7
 ชื่อและชื่อสกุล น.ส. วิภาดา บิลังโหลด
 Name Miss Wikanda
 Last name Bilanglord
 เกิดวันที่ 4 มิ.ย. 2517 Date of Birth 4 Jun. 1974
 ศาสนา อิสลาม
 ที่อยู่ 459 หมู่ที่ 2 ต.เจ๊ะบิลัง อ.เมืองสตูล จ.สตูล
 12 เม.ย. 2560 วันหมดอายุ 12 Apr. 2017 (อายุ 86 ปี) วันที่ออกบัตร 12 Apr. 2017
 3 มิ.ย. 2568 วันบัตรหมดอายุ 3 Jun. 2025
 9199-02-04121315

วิภาดา บิลังโหลด
 น.ส. วิภาดา บิลังโหลด

รายการเกี่ยวกับบ้าน เล่มที่ 1


เลขรหัสประจำบ้าน 9101-010471-3 สำนักทะเบียน ท้องถิ่นเทศบาลตำบลเจ๊ะบิลัง

รายการที่อยู่ 459 หมู่ที่ 2
ตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล

ชื่อหมู่บ้าน ชื่อบ้าน

ประเภทบ้าน ลักษณะบ้าน

วันเดือนปีที่กำหนดบ้านเลขที่ [บ้านกลาง]

ลงชื่อ  นายทะเบียน
(นางประชิด รังสิโยกฤษณ์)
วันเดือนปีที่พิมพ์ทะเบียนบ้าน 11 พฤษภาคม 2558

งานถอดต่อง
 วิชาเอก ผลิตโน้ต


รายการบุคคลในบ้านของเลขรหัสประจำบ้าน ลำดับที่ 4

ชื่อ น.ส. วิภาณดา บิลังโหลด 9101-010471-3 เพศ หญิง
สัญชาติ ไทย

เลขประจำตัวประชาชน 3-9101-00015-19-7 สถานภาพ ผู้อาศัย เกิดเมื่อ 4 มิ.ย. 2517

มารดาผู้ให้กำเนิด ชื่อ นอรอนี สัญชาติ ไทย

บิดาผู้ให้กำเนิด ชื่อ หมัดไฮด 3-9101-00015-15-4 สัญชาติ ไทย

มาจาก ฐานข้อมูลการทะเบียนราษฎร นายทะเบียน


เข้ามาอยู่ในบ้านนี้เมื่อ 21 ม.ค. 2554 (นางประชิด รังสิโยกฤษณ์)

☎ ไปที่ นายทะเบียน

รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย
 ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖
 ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล
 วันที่ ๕ กันยายน ๒๕๖๖
 ณ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง

ลำดับ ที่	ชื่อ-สกุล	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
1	น.ส. จารงนุช นนทโรน	จารงนุช	
2	น.ส. กัญญา สุวานัน	กัญญา	
3	น.ส. สุวิมล นนทเกตุ	สุวิมล	
4	น.ร. นันทิมา นนทกิจ	นันทิมา	
5	นางสาว นนทเกตุ	นนทเกตุ	
6	น.ร. นนทกิจ	นนทกิจ	
7	น.ส. อัสมา ยะฮาริง	อัสมา	
8	น.ส. ชะรีفة นนทเกตุ	ชะรีفة	
9	นางเจ๊ะอีนัน นนทกิจ	อีนัน	
10	เจ๊ะนูนัน นนทกิจ	เจ๊ะนูนัน	
11	น.ส. ลีลา นนทกิจ	ลีลา	
12	น.ส. นนทกิจ	นนทกิจ	
13	น.ส. อัสมา นนทกิจ	อัสมา	
14	น.ส. นนทกิจ	นนทกิจ	
15	นางสาว นนทกิจ	นนทกิจ	
16	นางสาว นนทกิจ	นนทกิจ	
17	นางสาว นนทกิจ	นนทกิจ	
18	นางสาว นนทกิจ	นนทกิจ	
19	นางสาว นนทกิจ	นนทกิจ	
20	นางสาว นนทกิจ	นนทกิจ	



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง โทร ๐๗๕๔-๗๕๐๗๘๕

ที่ สด ๗๒๐๐๕.๑ /

วันที่ 04 ก.ย. 2566

เรื่อง ขออนุมัติดำเนินการกิจกรรมจัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัยภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖

เรียน นายกององค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

๑. เรื่องเดิม

๑.๑ ตามแผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ พุทธศักราช ๒๕๖๖ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง ยุทธศาสตร์ที่ ๖ การส่งเสริมภาวะโภชนาการ สุขภาพอนามัย และสุขนิสัย กลยุทธ์การพัฒนาที่ ๖.๑ ส่งเสริมภาวะโภชนาการ สุขภาพอนามัยและสุขนิสัย โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ตั้งจ่ายไว้ ๘๘,๕๓๑ บาท เพื่อจ่ายเป็นค่าอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง ที่มีภาวะทุพโภชนาการ จำนวน ๑๖ คน อัตรา คนละ ๑๒ บาทต่อวัน ๒๔๕ วัน ตั้งจ่ายจากเงินที่ได้รับสนับสนุนจากหน่วยงานอื่น (สปสช.) และ เงินที่มีผู้ทักให้แก่สถานศึกษา ปรากฏในแผนพัฒนาการศึกษา (พ.ศ.๒๕๖๖-๒๕๗๐) ยุทธศาสตร์ที่ ๖ การส่งเสริมภาวะโภชนาการ สุขภาพอนามัย และสุขนิสัย

๑.๒ ตามที่ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง ได้รับสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ (สปสช.) องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง เมื่อวันที่ ๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ จำนวน ๗๔,๒๕๖ บาท เพื่อจ่ายเป็นค่าใช้จ่ายตามโครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง กิจกรรมที่ ๑ จัดจ้างเหมาประกอบอาหารเช้าสำหรับเด็กศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง จำนวน ๑๖ คน ๆ ละ ๒๑ บาท จำนวน ๒๑๒ วัน จำนวนเงิน ๗๑,๒๓๒ บาท กิจกรรมที่ ๒ จัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย จำนวน ๑๖ คน จำนวนเงิน ๓,๐๒๔ บาท รายละเอียดแนบท้าย

๒. ข้อเท็จจริง

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง มีความประสงค์ขออนุมัติดำเนินการกิจกรรมจัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ซึ่งกิจกรรมที่ ๑ จัดจ้างเหมาประกอบอาหารเช้าสำหรับเด็กศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง จำนวน ๑๖ คน ๆ ละ ๒๑ บาท ได้ดำเนินการไปแล้ว ส่วนกิจกรรมที่ ๒ จัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย จำนวน ๑๖ คน ยังมิได้ดำเนินการ จึงมีความจำเป็นต้องขออนุมัติดำเนินการกิจกรรมจัดอบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย กิจกรรมที่ ๒ ดังกล่าว

๓. ข้อเสนอเพื่อโปรดพิจารณา

หากพิจารณาแล้วเห็นชอบ โปรดลงนามอนุมัติสั่งการ เพื่อดำเนินการตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(ลงชื่อ)

(นางยวารี คงมัยลิก)

ครู ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าศูนย์ฯ

ความเห็น ผู้อำนวยการกองการศึกษา

(ลงชื่อ)

(นางสาววรรณ สุวรรณะ)

ผู้อำนวยการกองการศึกษา

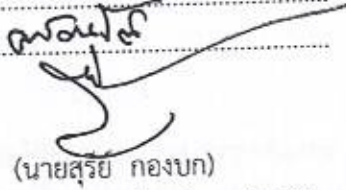
สำเนาถูกต้อง

(นางยวารี คงมัยลิก)

ความเห็นของปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล

.....
.....

(ลงชื่อ)



(นายสุรีย กองบก)

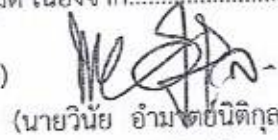
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

พิจารณาแล้ว

อนุมัติ

ไม่อนุมัติ เนื่องจาก.....

(ลงชื่อ)



(นายวินัย อำนวยชิตกุล)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง

สำเนาถูกต้อง



(นายทวนี่ ทวีสังข์)

รายละเอียดแนบท้าย

ประมาณการค่าใช้จ่าย กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ประกอบการเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย
ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง
องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล

ลำดับที่	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวน	จำนวนเงิน (บาท)
๑	ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ๆ ละ ๖๐๐	๑ คน	๑,๒๐๐.๐๐
๒	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๓๕ บาท x ๒๑ คน หมายเหตุ ผู้ปกครอง ๑๖ คน ครู ๔ คน วิทยากร ๑ คน	๒๑ คน	๗๓๕.๐๐
๓	ค่าป้ายไวเนล ๐.๗๕x๑.๕๐ เมตร	๑ ป้าย	๑๗๐.๐๐
๔	ค่าใช้จ่ายอื่นๆ		๔๑๙.๐๐
รวม			๓,๐๒๔.๐๐
หมายเหตุ: ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยได้ตามความเหมาะสม			

สำเนาถูกต้อง



(นางสาวพัชรี ดาเม็ง)

กำหนดการกิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ประกอบการเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย
ภายใต้โครงการอาหารเช้าแก่เด็กปฐมวัย ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านฉลุง
องค์การบริหารส่วนตำบลเจ๊ะบิลัง อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล

เวลา ๑๒.๓๐ - ๑๓.๐๐ น. ลงทะเบียน

เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ผู้ประกอบการเกี่ยวกับภาวะโภชนาการเด็กปฐมวัย โดย
วิทยากร นางกุนสุรี ปิริยะ จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเจ๊ะบิลัง

สำเนาถูกต้อง

