



รายละเอียดต้นทุนจำลองอาหาร [FOOD MODEL] ชุดกลาง 50 ชิ้น

ลำดับ	รายการ	น้ำหนักสุก (กรัม)	ลำดับ	รายการ	น้ำหนักสุก (กรัม)
1	หมูเนื้อแดง	30	26	กล้วยน้ำว้า(กลาง) 1 ผล	50
2	เนื้อไก่	30	27	ส้มเขียวหวาน (กลาง) 1 ผล	150
3	กุ้งขนาดกลาง (5ตัว)	30	28	แอปเปิ้ล (เล็ก) 1 ผล	100
4	ปลาทู	30	29	ชมพู่ (3-4 ผล)	250
5	เนื้อปลาหมึก	30	30	มังคุด	4 ผล
6	ลูกชิ้นปลา เส้นผ่าศูนย์กลาง 2.5 ซม.	5 ลูก	31	ฝรั่ง	120
7	ไข่ไก่ 1 ฟอง	55	32	แก้วมังกร	90
8	เต้าหู้อ่อน ¾ หลอด	100	33	ส้มโอ 2 กลีบ	130
9	ไส้กรอก	30	34	แตงโม	285
10	นมสด (ใส่แก้ว)	240 ซีซี.	35	สับปะรด	120
11	ข้าวสวย	55	36	มะละกอ	115
12	ข้าวกล้อง	55	37	ทุเรียน	40
13	ข้าวเหนียว	35	38	มะเขือเทศ	70
14	ขนมจีน	90	39	แครอท	70
15	กล้วยเตี๋ยวเส้นใหญ่	90	40	ฟักทอง	70
16	บะหมี่ (ลวก) 2/3 ถด.	43	41	ถั่วฝักยาว	70
17	วุ้นเส้น (แช่น้ำ) 2/3 ถด.	75	42	ถั่วลิสงเตา	70
18	ถั่วเขียวต้ม ½ ถด.	65	43	ข้าวโพดอ่อน	70
19	มันเทศต้ม ½ ถด.	65	44	ดอกกะหล่ำ	70
20	ขนมปัง 1 แผ่น	25	45	ดอกแค	70
21	น้ำมันพืช 1 ชช.	5	46	แตงกวา	70
22	เนย 1 ชช.	5	47	ผักคะน้า	70
23	กะทิ	1 ช้อนโต๊ะ	48	กะหล่ำปลี	70
24	น้ำสลัดข้น	1 ช้อนโต๊ะ	49	ผักบุ้งจีน	70
25	ถั่วลิสง 3 ฝัก	10 เม็ด	50	ผักกาดขาว	70