

# สภาพและปัญหาด้านอาหารกลางวันในปัจจุบัน

โดย ผศ. ตรีนุช ไพชยนต์วิจิตร และ สรัลชญา ธิติสุวรรณค์

ตุลาคม 2565



ขอบคุณที่มาจากภาพ Facebook อยากรดงเด็ยจัดให้ รีเทริน part 3

ยังคงมีเด็กอีกจำนวนไม่น้อยในประเทศไทยที่มีภาวะทุพโภชนาการ แม้ว่าในอดีตจะเป็นภาวะโภชนาการต่ำเป็นปัญหาสำคัญ แต่อย่างไรก็ตามแนวโน้มในปัจจุบัน พบว่า เด็กไทยมีภาวะโภชนาการเกินและเป็นโรคอ้วนเพิ่มขึ้นเช่นเดียวกัน จากปัญหาความเหลื่อมล้ำด้านโภชนาการระหว่างเด็กที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสังคมที่แตกต่างกันโดยเด็กที่มีฐานะทางเศรษฐกิจยากจนจะมีปัญหาด้านร่างกายเตี้ยแคระแกร็น จึงทำให้ภาครัฐต้องเข้ามามีบทบาทในการจัดการปัญหาภาวะทุพโภชนาการสำหรับเด็กกลุ่มนี้ ซึ่งหนึ่งในวิธีการจัดการปัญหาภาวะทุพโภชนาการสำหรับเด็กนักเรียน คือ ภาครัฐสนับสนุนโครงการอาหารกลางวันฟรีให้กับเด็กผ่านการจัดการของโรงเรียน โดยจากการสำรวจของ The Global Child Nutrition Foundation ที่ดำเนินการสำรวจโครงการด้านอาหารในโรงเรียน พบว่า ร้อยละ 82 ของการสำรวจ 103 ประเทศทั่วโลกมีการจัดทำโครงการอาหารกลางวันให้แก่เด็กนักเรียน บางประเทศรัฐดูแลเรื่องอาหารกลางวันในทุกระดับการศึกษา ตั้งแต่ระดับปฐมวัยจนถึงมัธยมศึกษา แต่ยังมีบางประเทศ เช่น ประเทศไทย ที่ให้การสนับสนุนเพียงบางระดับการศึกษาเท่านั้น

ประเทศ	โครงการอาหารกลางวัน			
	กลุ่มเป้าหมาย	ปฐมวัย	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา
อิตาลี	Universal	✓	✓	✓
ฝรั่งเศส	ตามความสมัครใจของผู้ปกครองว่า อยากเข้าร่วมหรือไม่	✓	✓	✓
สวีเดน	Universal	✓	✓	✓
สหรัฐอเมริกา	Universal	✓	✓	✓
จีน	ขึ้นอยู่กับพื้นที่ และ คุณลักษณะของ นักเรียน	-	✓	✓
ไทย	Universal	✓	✓	-

ที่มา: School Meal Programs Around the World. The Global Child Nutrition Foundation. (2019) (2021)

รัฐบาลไทยเล็งเห็นถึงความสำคัญของปัญหาและริเริ่มจัดตั้งโครงการอาหารกลางวันขึ้นในปี พ.ศ. 2495 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อแก้ปัญหาการขาดสารอาหารและภาวะทุพโภชนาการให้แก่เด็กในวัยเรียน โดยแรกเริ่มด้วยการทดลองจัดโครงการอาหารกลางวันให้แก่เด็กในสังกัด แล้วจึงขยายเป็นนโยบายระดับประเทศ ในปี พ.ศ. 2530 ซึ่งในปัจจุบันภาครัฐอุดหนุนค่าอาหารกลางวันให้แก่เด็กนักเรียนระดับชั้นอนุบาล-ประถมศึกษาคนละ 21 บาทให้แก่เด็กนักเรียนทุกคน ยกเว้นในจังหวัดกรุงเทพฯ ที่จะได้รับจัดสรรงบประมาณสมทบเพิ่มคนละ 4 บาท/วัน จึงได้รับค่าอาหารกลางวันรวมเป็น 25 บาท/วัน อีกทั้งจัดสรรอาหารกลางวันให้กับนักเรียนจนถึงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

จากปัญหาราคาวัตถุดิบที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ทำให้เงินอุดหนุนค่าอาหารอาจไม่เพียงพอต่อการประกอบอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ดังนั้น กระทรวงศึกษาธิการจึงได้อยู่ระหว่างการเสนอให้คณะรัฐมนตรีพิจารณาปรับเพิ่มเงินอุดหนุนอาหารกลางวันจากวันละ 21 บาท เป็น 28 บาท แต่อย่างไรก็ตามโครงการอาหารกลางวันก็ยังเผชิญปัญหาหลายประการ ได้แก่

1. งบประมาณรายหัวไม่ครอบคลุมทั่วถึงเด็กในระดับชั้นมัธยมศึกษา โดยเฉพาะในโรงเรียนประถมศึกษา ขยายโอกาสที่ได้ระดับมัธยมต้นด้วยและส่วนมากมีฐานะที่ยากจน ทำให้โรงเรียนต้องนำงบประมาณค่าอาหารกลางวันของนักเรียนชั้นประถมศึกษามาเฉลี่ยเพื่อจัดสรรอาหารให้แก่เด็กนักเรียนทุกคน ทำให้เฉลี่ยงบประมาณค่าอาหารเหลือเพียงคนละประมาณ 9-15 บาทต่อมื้อ

2. ปัญหาโรงเรียนขนาดเล็ก ต้นทุนการประกอบอาหารยิ่งสูง เช่น ในโรงเรียนขนาดเล็กที่ไม่มีงบเพียงพอต่อการจ้างแม่ครัว ครูต้องเป็นผู้ประกอบอาหารเอง และโรงเรียนจะต้องแบ่งเงินค่าอาหารที่ได้รับส่วนหนึ่งนำไปซื้ออุปกรณ์ประกอบอาหารหรือปรับปรุงสถานที่ประกอบอาหาร เป็นต้น
3. โรงเรียนที่ไม่มีไฟฟ้าเข้าถึงจะพบปัญหาด้านการจัดเก็บวัตถุดิบอาหารสดที่ทำได้เพียงแค่ช่วงเวลาไม่กี่วันเท่านั้น ดังนั้น จึงต้องซื้อวัตถุดิบได้ในปริมาณที่น้อยและบ่อยครั้งขึ้นทำให้มีต้นทุนค่าการเดินทางที่สูง หรือนักเรียนอาจจะไม่ได้ทานอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ช่วงท้ายอาทิตย์
4. ปัญหาโรงเรียนที่อยู่ในพื้นที่ห่างไกลจะต้องเผชิญกับปัญหาค่าขนส่งที่สูง ซึ่งโดยส่วนมากจะเป็นโรงเรียนขนาดเล็ก และไม่มีไฟฟ้าเข้าถึง
5. ปัญหาการจัดการและโภชนาการ ในกรณีที่โรงเรียนไม่มีนักโภชนาการประจำโรงเรียนเพื่อออกแบบเมนูอาหารกลางวัน ครูหรือบุคลากรภายในโรงเรียนจะต้องเป็นผู้คิดเมนูอาหารในแต่ละวัน ซึ่งเป็นภาระต่อครูและอาจทำให้เด็กไม่ได้รับสารอาหารที่ถูกต้องอย่างครบถ้วน

เพื่อแก้ปัญหาการจัดการและโภชนาการอาหารกลางวัน ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2560 ภาครัฐมีนโยบายสนับสนุนให้ทุกโรงเรียนในสังกัดใช้ระบบ Thai School Lunch ซึ่งเป็นระบบที่ช่วยให้โรงเรียนสามารถจัดเมนูอาหารกลางวันให้ได้มาตรฐาน อีกทั้งยังสามารถช่วยประมาณการค่าใช้จ่ายและวางแผนวัตถุดิบล่วงหน้า ซึ่งการจัดทำเมนูอาหารกลางวันที่มีสารอาหารครบถ้วนจะส่งผลต่อการเจริญเติบโตของเด็กอย่างมีนัยสำคัญ โดยเห็นได้จากตัวอย่างผลการศึกษาศึกษาของสำนักงานการวิจัยแห่งชาติร่วมกับมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ในการพัฒนาตำรับอาหารกลางวันเพื่อเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการให้แก่เด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 4-6 จากโรงเรียนสังกัดสำนักงานการศึกษาขั้นพื้นฐานจังหวัดนครนายกจำนวน 131 โรงเรียน จำนวนนักเรียน 7,458 คน โดยใช้วัตถุดิบในท้องถิ่นและมีต้นทุนค่าอาหารไม่เกิน 20 บาทต่อมื้อ พบว่า การบริโภคอาหารกลางวันที่ได้รับการพัฒนาให้มีคุณค่าทางสารอาหารครบถ้วนนั้นส่งผลให้น้ำหนัก ส่วนสูง ปริมาณกล้ามเนื้อ เส้นรอบวงแขน ของนักเรียนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในขณะที่เส้นรอบเอวและสะโพกมีปริมาณไขมันในร่างกายที่มีลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ<sup>1</sup>

จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น แม้ภาครัฐจะมีความพยายามในการแก้ไขปัญหาทุโภชนาการที่เกิดขึ้นในเด็กวัยเรียนด้วยการดำเนินโครงการอาหารกลางวันให้แก่เด็กนักเรียน แต่โครงการด้านอาหารเพื่อลดจำนวนเด็กนักเรียนที่มีภาวะทุโภชนาการลงก็ยังสามารถพัฒนาต่อเนื่องได้อีก คณะผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอในการพัฒนา ดังนี้

---

<sup>1</sup> NRCT School lunch สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) และมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. เข้าถึงได้จาก <https://www2.nrct.go.th/nrctschoolslunch/info.html>

- ปัญหางบประมาณไม่ทั่วถึง ควรเพิ่มงบประมาณค่าอาหารให้ทั่วถึงเด็กนักเรียนทุกระดับ การศึกษา และออกมาตรการสนับสนุนโครงการอาหารเช้า
- ปัญหาโรงเรียนขนาดเล็ก เพิ่มงบประมาณการจัดทำอาหารให้กับโรงเรียนขนาดเล็ก เพื่อจะได้มีงบนำไปว่าจ้างผู้ประกอบการอาหาร ซึ่งโดยส่วนมากมักจะเป็นผู้ปกครองของเด็กหรือคนในชุมชน ดังนั้น ควรมีการจัดอบรมด้านโภชนาการให้กับผู้ประกอบการด้วย
- ปัญหาโรงเรียนในพื้นที่ห่างไกล ควรสนับสนุนในการขนส่งอาหารผ่านหน่วยงาน NGOs ในพื้นที่ หรือเพิ่มงบค่าขนส่งให้กับครูผู้รับผิดชอบให้พอเพียงตามระยะทางและพื้นที่
- ปัญหาการจัดเก็บวัตถุดิบ ควรจัดทำเมนูแนะนำที่สามารถถนอมอาหาร (ประเภทเนื้อสัตว์) ได้อย่างถูกสุขอนามัย และสนับสนุนให้มีการเพาะปลูกผักในพื้นที่ตามฤดูกาล
- ปัญหาการจัดการและโภชนาการ ควรกระตุ้นและสนับสนุนให้โรงเรียนใช้ Thai School Lunch เพิ่มมากขึ้น และทำแอปพลิเคชันด้านอาหารเช้าเพื่อให้ โรงเรียนและผู้ปกครองสามารถนำไปใช้ได้ และปรับเมนูโดยคำนึงถึงค่าใช้จ่ายที่เปลี่ยนไป