



รายการอาหารกลางวันประจำเดือน สิงหาคม 2569

วันที่	10.00 น.	นักเรียน			ผลไม้	อาหารว่าง นักเรียน
จ 3	นมสด	ข้าวสวย	ไก่ผัดซอสเทรียกกี	ซุปลาทะเล	แคนตาลูป	ซีฟฟ่อนช็อกโกแลต
อ 4	นมสด	ข้าวสวย	ผัดกะเพราทะเล	แกงจืดสามสหาย	มะละกอ	บั้งก้อนลาวาหม
พ 5	นมสด	ข้าวสวย	บวบผัดกุ้ง	ต้มยำขาหมู	ฝรั่ง	โดนัท
พฤ 6	นมสด	ก๋วยเตี๋ยว เส้นหมี่ไก่ฉีก			แตงโม	ข้าวต้มมัด
ศ 7	นมสด	ข้าวสวย	หมูทอดขาววัง	แกงจืดเต้าหู้	แก้วมังกร	มาม่อนชีส
8-9		วันหยุดประจำสัปดาห์				
จ 10	นมสด	ข้าวสวย	อกไก่ต้มนมสด	ซูปมันฝรั่ง	ชมพู่	ขนมปังทาแยม
อ 11	นมสด	ข้าวสวย	แฮมผัดไข่	แกงจืดผักกาดขาว	ฝรั่ง	เค้กโรลวนิลา
พ 12		หยุดวันแม่แห่งชาติ				
พฤ 13	นมสด	ข้าวสวย	ปลาซูปแบ่งทอด	ซูปมิโระ	แตงโม	บราวนี่อัลมอนด์
ศ 14	นมสด	ข้าวมันไก่		ซูปผัก	มะละกอ	ขนมปังฟิชซาล์กรอกไข่
15-16		วันหยุดประจำสัปดาห์				
จ 17	นมสด	ข้าวสวย	หมูต้มไก่	แกงจืดวุ้นเส้น	ชมพู่	ครัวซองต์เนยสด
อ 18	นมสด	ข้าวสวย	ไก่ทอดหัดใหญ่	แกงจืดเห็ดเข็มทอง	แก้วมังกร	แซนวิชทูโทนไส้ช็อกโกแลตและสตอเบอรี่
พ 19	นมสด	ผัดผักกะโรนี / อนุบาล	สปาเก็ตตี้ซอสมะเขือเทศ / ประถม		ฝรั่ง	เค้กไข่นุ่ม
พฤ 20	นมสด	ข้าวผัดกุ้ง		ซูปหัวไชเท้า	แตงโม	ลูกชิ้นปลาแข็ง
ศ 21	นมสด	ข้าวสวย	กะหล่ำปลีผัดหมู	ปีกไก่ต้มพะโล้	มะละกอ	ชีสคอบอล
22-23		วันหยุดประจำสัปดาห์				
จ 24	นมสด	ข้าวสวย	ไก่ทอดคาราเกะ	แกงจืดเต้าหู้ไข่	แคนตาลูป	โตริยากิไส้โอวัลตอนครั้นซี่
อ 25	นมสด	ข้าวสวย	เบคอนอบวุ้นเส้น	ต้มยำปลากระพง	ฝรั่ง	ขนมปังช็อกโกแลต
พ 26	นมสด	บะหมี่หมูแดง			แตงโม	ขนมปังหน้าหมูออกไก่โต
พฤ 27	นมสด	ข้าวสวย / สันในอบน้ำผึ้ง - อนุบาล / กระต่ายหมูอบน้ำผึ้ง - ประถม	แกงจืดเห็ดไข่		ชมพู่	ข้าวโพดคั่ว
ศ 28	นมสด	ข้าวเหนียว	หมูฝอย	ส้มตำ	มะละกอ	เค้กกล้วยหอมช็อกโกแลตชิพ
29-30		วันหยุดประจำสัปดาห์				
จ 31	นมสด	ข้าวสวย	ไส้กรอกน้ำแดง	แกงจืดหมูแดง	แคนตาลูป	ขนมปังไก่หยอง



รายการอาหารเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม



รายการอาหารนักเรียน อาทิ แพ้อาหาร มังสวิรัติ อิสลาม ฯ

จะอิงตามรายการอาหารปกติ ปรับเปลี่ยนวัตถุดิบให้เหมาะกับนักเรียนนั้น ๆ

ผู้อนุมัติ

[Signature]
21 ก.ค. 69