



รายการอาหารกลางวันประจำเดือน กรกฎาคม 2569

วันที่	10.00 น.	นักเรียน	ผลไม้	อาหารว่าง นักเรียน
พ 1	นมสด	ข้าวสวย ซีโรงหมูปอบ แกงจืดสามสหาย	ฝรั่ง	เค้กโรลส้ม
พ 2	นมสด	ก๋วยเตี๋ยวเส้นหมี่ลูกชิ้นหมูสับ	กล้วยไข่	ขนมปังช็อกโกแลต
ศ 3	นมสด	ข้าวสวย ไข่เจียวปู ต้มยำขาหมู	แตงโม	รวมมิตรน้ำแข็งใส
4-5		วันหยุดประจำสัปดาห์		
จ 6	นมสด	ข้าวสวย กะเพราไก่ แกงจืดหัวไชเท้า	มะละกอ	ขนมปังทาแยม
อ 7	นมสด	ข้าวสวย หมูทอดกระเทียม แกงจืดผักกาดขาว	แคนตาลูป	ขนมปังหน้าช็อกโกแลต
พ 8	นมสด	มักกะโรนีผัดไก่ / อนุบาล สเปกเกตตี้คาโบนาร่า / ประถม	กล้วยไข่	ครัวซองต์เนยสด
พ 9	นมสด	ข้าวสวย ผัดวุ้นเส้นทรงเครื่อง ต้มยำไก่	ฝรั่ง	ข้าวต้มมัด
ศ 10	นมสด	ข้าวมันไก่ ซุปผัก	ชมพู	ชีฟฟ่อนวนิลา
11-12		วันหยุดประจำสัปดาห์		
จ 13	นมสด	ข้าวสวย หมูต้มเค็ม แกงจืดเต้าหู้ไข่หมูสับ	แก้วมังกร	มัทพินคละรส
อ 14	นมสด	ข้าวสวย ผัดผักกาดขาว ไข่พะโล้	แก้วมังกร	โดรียากิไส้ครีมช็อกโกแลตชิพ
พ 15	นมสด	มิโสะราเมง	แตงโม	เค้กไข่นุ่ม
พ 16	นมสด	ข้าวผัดแซลมอน	ชมพู	ขนมปังไก่หยอง
ศ 17	นมสด	ข้าวสวย ปีกกลางทอด แกงจืดสาหร่าย	แคนตาลูป	เค้กช็อกโกแลต
18-19		วันหยุดประจำสัปดาห์		
จ 20	นมสด	ข้าวสวย ไก่ต้มซีอิ๊ว แกงจืดไข่ไก่	ฝรั่ง	ขนมปังก้อนหมูหยอง
อ 21	นมสด	ก๋วยเตี๋ยวบะหมี่เส้นแบน	แตงโม	เค้กกล้วยหอม
พ 22	นมสด	ข้าวสวย หมูผัดน้ำมันหอย แกงจืดผักเขียว	กล้วยไข่	มาม่อนชีส
พ 23	นมสด	ข้าวสวย / ไข่เจียว / แกงจืดหมูแดง - อนุบาล	แคนตาลูป	ข้าวโพดคั่ว
พ 23	นมสด	ข้าวสวย / ขนุนจีน / แกงเขียวหวานหมู / ไข่ต้ม - ประถม		
ศ 24	นมสด	ข้าวสวย ปลานิลทอดน้ำปลา ซุปมิโสะ	แก้วมังกร	บราวนี่อัลมอนต์
25-26		วันหยุดประจำสัปดาห์		
จ 27	นมสด	ข้าวสวย ผัดเต้าหู้หมูสับ ต้มยำไก่	แตงโม	ขนมปังพิซซ่าไส้กรอกไก่
อ 28		หยุดวันเฉลิมพระชนมพรรษา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว		
พ 29		หยุดวันอาสาฬหบูชา และวันเข้าพรรษา		
พ 30				
ศ 31	นมสด	ข้าวสวย ไก่รวนน้ำปลา แกงจืดผักเขียว	ชมพู	ขนมปังหน้าสังขยา



รายการอาหารเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม



รายการอาหารนักเรียน อาทิ แห้วหวาน มังสวิรัต อีสลาม ฯ

จะอิงตามรายการอาหารปกติ ปรับเปลี่ยนวัตถุดิบให้เหมาะกับนักเรียนนั้น ๆ

ผู้อนุมัติ

19 ธ.ค. 69