

เมนูอาหารภาคเรียนที่ 2/2566
สัปดาห์ที่ 1
(วันที่ 1 – 3 พฤศจิกายน 2566)

วัน	อ.1 – ป.6	ม.1 – ม.6
พุธ	<ul style="list-style-type: none"> • ไก่กระเทียม โรยด้วย cereal ที่ทำมาจากขนมปังและผัก • ข้าวสวย • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ไก่กระเทียม โรยด้วย cereal ที่มาจากขนมปังและผัก • ข้าวสวย • ผลไม้
พฤหัสบดี	<ul style="list-style-type: none"> • ข้าวผัดใส่กรอก ใส่ผักอินทรีย์ หั่นเล็กๆ และ ไข่ • ซุปเต้าหู้มิโซะ • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ข้าวผัดใส่กรอก ใส่ผักอินทรีย์ หั่นเล็กๆ และ ไข่ • ซุปเต้าหู้มิโซะ • ผลไม้
ศุกร์	<ul style="list-style-type: none"> • ไข่ผสมผักอินทรีย์ทอดแบบไข่เจียว • ผัดถั่วงอก • ข้าวสวย • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ไข่ผสมผักอินทรีย์ทอดแบบไข่เจียว • น้ำปลาพริก • ผัดถั่วงอก • ข้าวสวย • ผลไม้

**** รายการอาหารข้างต้นอาจมีการเปลี่ยนแปลง ขึ้นกับวัตถุดิบและปัจจัยอื่นๆ**