

เมนูอาหารภาคเรียนที่ 2/2566
สัปดาห์ที่ 5
(วันที่ 27 พฤศจิกายน – 1 ธันวาคม 2566)

วัน	อ.1 – ป.6	ม.1 – ม.6
จันทร์	<ul style="list-style-type: none"> • ไก่กระเทียม โรยด้วย cereal ที่ทำมาจากขนมปังและผัก • ข้าวสวย • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ไก่กระเทียม โรยด้วย cereal ที่ทำมาจากขนมปังและผัก • ข้าวสวย • ผลไม้
อังคาร	<ul style="list-style-type: none"> • ไช้เจียว ทานกับซอสมะเขือเทศ ROSA • ข้าวสวย • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ไช้เจียว ทานกับซอสมะเขือเทศ ROSA • ข้าวสวย • ผลไม้
พุธ	<ul style="list-style-type: none"> • ซุปมักกะโรนีไก่ ใส่มะเขือเทศ และหอมใหญ่ • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • แกงมัสมั่นไก่ ทานกับผักสด • ข้าวสวย • ผลไม้
พฤหัสบดี	<ul style="list-style-type: none"> • ข้าวผัดใส่กรอกใส่ผักอินทรีย์ หั่นเล็กๆ และไข่ • ซุปเต้าหู้มิโซะ • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ข้าวผัดใส่กรอกใส่ผักอินทรีย์ หั่นเล็กๆ และไข่ • ซุปเต้าหู้มิโซะ • ผลไม้
ศุกร์	<ul style="list-style-type: none"> • ไช้พะโล้ ใส่เต้าหู้ • ผัดกะหล่ำปลี • ข้าวสวย • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ลูกชิ้นปลาเจ ผัดกะเพราพริก (กะเพราอินทรีย์ปลูกเอง) • ผัดกะหล่ำปลี • ข้าวสวย • ผลไม้

**** รายการอาหารข้างต้นอาจมีการเปลี่ยนแปลง ขึ้นกับวัตถุดิบและปัจจัยอื่นๆ**