

เมนูอาหารภาคเรียนที่ 2/2566
สัปดาห์ที่ 8
(18 – 22 ธันวาคม 2566)

วัน	อ.1 – ป.6	ม.1 – ม.6
จันทร์	<ul style="list-style-type: none"> • ต้มยำไก่ ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด • ปลุกเอง แบบไม่เผ็ด • ข้าวสวย • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ต้มยำไก่ ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด • ปลุกเอง • ข้าวสวย • ผลไม้
อังคาร	<ul style="list-style-type: none"> • เส้นหมี่ขาวคอกเต้าหู้ปลา • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • เส้นหมี่ขาวคอกเต้าหู้ปลา • ผลไม้
พุธ	<ul style="list-style-type: none"> • ลูกชิ้นทอด ซอสมะเขือเทศ ROSA • ผัดผักกะหล่ำปลี หรือผักกาดขาว • ข้าวสวย • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ลูกชิ้นทอด ซอสมะเขือเทศ • ซอสพริก ROSA • ผัดผักโขมอินทรีย์ กระเทียม • พริกแดง กับเนื้อไก่บั้งเจ • ข้าวสวย • ผลไม้
พฤหัสบดี	<ul style="list-style-type: none"> • เส้นหมี่ขาวราดหน้าผักอินทรีย์ เต้าหู้ • และโปรตีนเกษตรเบอร์ 8 • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • เส้นหมี่ขาวราดหน้าผักอินทรีย์ เต้าหู้ • และโปรตีนเกษตรเบอร์ 8 • ผลไม้
ศุกร์	<ul style="list-style-type: none"> • ไข่เจียวใส่ผักอินทรีย์ • โปรตีนกรอบ • ข้าวสวย • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ไข่เจียวใส่ผักอินทรีย์ • โปรตีนกรอบ • ข้าวสวย • ผลไม้

**** รายการอาหารข้างต้นอาจมีการเปลี่ยนแปลง ขึ้นกับวัตถุดิบและปัจจัยอื่นๆ**