

เมนูอาหารภาคเรียนที่ 2/2566
สัปดาห์ที่ 11
(8 – 12 มกราคม 2567)

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"> • ผัดผักกะโรนีไก่ • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ผัดผักกะโรนีไก่ • ผลไม้
พุธ	<ul style="list-style-type: none"> • ต้มจืดเต้าหู้หลอด (ไข่) • แคนหมูเจทอด • ข้าวสวย • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ผัดผักพริกเกาหลี • แคนหมูเจทอด ทานกับน้ำพริกเผาหรือน้ำจิ้มรสเด็ด • ข้าวสวย • ผลไม้
พฤหัสบดี	<ul style="list-style-type: none"> • ผัดผักกาดขาวใส่ไก่ • หมูหยองเจ • ข้าวสวย • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ผัดกะเพราไก่ ทานกับแตงกวา • น้ำปลาพริก • ข้าวสวย • ผลไม้
ศุกร์	<ul style="list-style-type: none"> • ผัดไทย ทานกับถั่วงอก ผักสด • ผลไม้ 	<ul style="list-style-type: none"> • ผัดไทย ทานกับถั่วงอก ผักสด • ผลไม้

**** รายการอาหารข้างต้นอาจมีการเปลี่ยนแปลง ขึ้นกับวัตถุดิบและปัจจัยอื่นๆ**