

# เมนูอาหารภาคเรียนที่ 1/2567

## สัปดาห์ที่ 13

(5 – 9 สิงหาคม 2567)

วัน	อ.1 – อ.3	ป.1 – ป.6	ม.1 – ม.6
จันทร์	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ บะหมี่เหลืองน้ำใส ปลาเส้น</li><li>▪ ผักอินทรีย์</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ บะหมี่เหลืองน้ำใส ปลาเส้น</li><li>▪ ผักอินทรีย์</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ บะหมี่เหลืองน้ำใส ปลาเส้น</li><li>▪ ผักอินทรีย์</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>
อังคาร	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ลูกปลาชั้นทอดกรอบ</li><li>▪ แดงกวาง</li><li>▪ ซอสมะเขือเทศ ROSA</li><li>▪ ข้าวสวย</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ลูกปลาชั้นทอดกรอบ</li><li>▪ แดงกวาง</li><li>▪ ซอสมะเขือเทศ ROSA</li><li>▪ ข้าวสวย</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ปลาผัดพริกเผา ใส่หอมหัวใหญ่</li><li>▪ ถั่วลิสงทอดใหม่ๆ</li><li>▪ ข้าวสวย</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>
พุธ	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ผัดหมักกะโรนีไก่</li><li>▪ แดงกวาง</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ผัดหมักกะโรนีไก่</li><li>▪ แดงกวาง</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ยำวันเส้นรวมมิตร</li><li>▪ ข้าวสวย</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>
พฤหัสบดี	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ไช้เจียวใส่ผักอินทรีย์</li><li>▪ ซอสมะเขือเทศ ROSA</li><li>▪ ผัดผักกาดขาว</li><li>▪ ข้าวสวย</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ไช้เจียวใส่ผักอินทรีย์</li><li>▪ ซอสมะเขือเทศ ROSA</li><li>▪ ผัดผักกาดขาว</li><li>▪ ข้าวสวย</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ไช้เจียวใส่ผักอินทรีย์</li><li>▪ ซอสมะเขือเทศ</li><li>▪ ซอสพริก ROSA</li><li>▪ ผัดผักกาดขาว</li><li>▪ ข้าวสวย</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>
ศุกร์	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ก๋วยเตี๋ยวเส้นหมี่ตุ๋นเจ</li><li>▪ ผักอินทรีย์</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ก๋วยเตี๋ยวเส้นหมี่ตุ๋นเจ</li><li>▪ ผักอินทรีย์</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ก๋วยเตี๋ยวเส้นหมี่ตุ๋นเจ</li><li>▪ ผักอินทรีย์</li><li>▪ ผลไม้</li></ul>

**\*\*\* รายการอาหารข้างต้นอาจมีการเปลี่ยนแปลง ขึ้นกับวัตถุดิบและปัจจัยอื่นๆ**

**เมนูอาหารภาคเรียนที่ 1/2567**  
**สัปดาห์ที่ 14**  
**(12 – 16 สิงหาคม 2567)**

วัน	อ.1 – อ.3	ป.1 – ป.6	ม.1 – ม.6
<b>จันทร์</b>	<b>วันหยุด</b>	<b>วันหยุด</b>	<b>วันหยุด</b>
<b>อังคาร</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สปาเก็ตตี้หน้าแดง</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สปาเก็ตตี้หน้าแดง</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สปาเก็ตตี้ชีสมาวมมิตร</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>
<b>พุธ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ข้าวผัดไส้กรอก</li> <li>▪ แดงกวาง</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ข้าวผัดไส้กรอก</li> <li>▪ แดงกวาง</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ข้าวผัดไส้กรอก</li> <li>▪ ลาบเจ</li> <li>▪ แดงกวาง</li> <li>▪ ผักอินทรีย์</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>
<b>พฤหัสบดี</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ไก่กระเทียม</li> <li>▪ แดงกวาง</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ไก่กระเทียม</li> <li>▪ แดงกวาง</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ น้ำพริก ผักอินทรีย์ลวก</li> <li>▪ ไก่กระเทียม</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>
<b>ศุกร์</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ โปรตีนทอดกระเทียม</li> <li>▪ ต้มจืดไข่น้ำ</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ โปรตีนทอดกระเทียม</li> <li>▪ ยำวุ้นเส้นใส่เห็ด (ไม่เผ็ด)</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ โปรตีนทอดกระเทียม</li> <li>▪ ยำวุ้นเส้นใส่เห็ด</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>

**\*\*\* รายการอาหารข้างต้นอาจมีการเปลี่ยนแปลง ขึ้นกับวัตถุดิบและปัจจัยอื่นๆ**