

**เมนูอาหารภาคเรียนที่ 1/2568**  
**สัปดาห์ที่ 5**  
**(9 – 13 มิถุนายน 2568)**

| วัน      | อ.1 – อ.3                                                                                                                                       | ป.1 – ป.3                                                                                                                                       | ป.4 – ป.6                                                                                                                                       | ม.1 – ม.6                                                                                                                                                                    |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| จันทร์   | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ผัดผักกะโรนีไก่</li> <li>▪ แดงกวา</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ผัดผักกะโรนีไก่</li> <li>▪ แดงกวา</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ผัดผักกะโรนีไก่</li> <li>▪ แดงกวา</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ผัดผักกะโรนีไก่</li> <li>▪ แดงกวา</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                                                       |
| อังคาร   | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ไก่กระเทียม</li> <li>▪ แดงกวา</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ไก่กระเทียม</li> <li>▪ แดงกวา</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ไก่กระเทียม</li> <li>▪ แดงกวา</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ข้าวคลุกกะปิ</li> <li>▪ ไก่หวาน</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                                      |
| พุธ      | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ไข่เจียว</li> <li>▪ ผัดผัก</li> <li>▪ ซอสมะเขือเทศ ROSA</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ไข่เจียว</li> <li>▪ ผัดผัก</li> <li>▪ ซอสมะเขือเทศ ROSA</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ไข่เจียว</li> <li>▪ ผัดผัก</li> <li>▪ ซอสมะเขือเทศ ROSA</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ไข่เจียว</li> <li>▪ ผัดผัก</li> <li>▪ ซอสมะเขือเทศ ROSA</li> <li>▪ ซอสมะเขือเทศ ROSA</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul> |
| พฤหัสบดี | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ข้าวต้มไก่</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ข้าวต้มไก่</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ข้าวต้มไก่</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ปลาผัดพริกเผา</li> <li>▪ ใส่หอมหัวใหญ่</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                               |
| ศุกร์    | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ผักอินทรีย์ทอดกรอบ</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ผักอินทรีย์ทอดกรอบ</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ผักอินทรีย์ทอดกรอบ</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ผักอินทรีย์ทอดกรอบ</li> <li>▪ ยาไข่ดาว</li> <li>▪ ข้าวสวย</li> <li>▪ ผลไม้</li> </ul>                                               |

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