

เมนูอาหารภาคเรียนที่ 1/2569
สัปดาห์ที่ 17
(วันที่ 7 -11 กันยายน 2569)

วัน	อ.1 – อ.3	ป.1 – ป.3	ป.4 – ป.6	ม.1 – ม.6
จันทร์	▪ ผัดผักกาดขาวใส่กุ้ง เต้าหู้ปลา ▪ ข้าวสวย ▪ ผลไม้	▪ ผัดผักกาดขาวใส่กุ้ง เต้าหู้ปลา ▪ ข้าวสวย ▪ ผลไม้	▪ ผัดผักกาดขาวใส่กุ้ง เต้าหู้ปลา ▪ ข้าวสวย ▪ ผลไม้	▪ ผัดผักกาดขาวใส่กุ้ง เต้าหู้ปลา ▪ ข้าวสวย ▪ ผลไม้
อังคาร	▪ ผัดวันเส้น ▪ ซุปเต้าหู้ไข่ ▪ ผลไม้	▪ ผัดวันเส้น ▪ ซุปเต้าหู้ไข่ ▪ ผลไม้	▪ ผัดวันเส้น ▪ ซุปเต้าหู้ไข่ ▪ ผลไม้	▪ วันเส้นผัดพริกเกาหลี่ ▪ ซุปเต้าหู้ไข่ ▪ ผลไม้
พุธ	▪ ไข่พะโล้ ▪ ผัดผักบุ้ง ▪ ข้าวสวย ▪ ผลไม้	▪ ไข่พะโล้ ▪ ผัดผักบุ้ง ▪ ข้าวสวย ▪ ผลไม้	▪ ไข่พะโล้ ▪ ผัดผักบุ้ง ▪ ข้าวสวย ▪ ผลไม้	▪ ไข่พะโล้ ▪ ผัดผักบุ้ง ▪ ข้าวสวย ▪ ผลไม้
พฤหัสบดี	▪ บะหมี่คลุกทานกับปลาเส้น ▪ ผลไม้	▪ บะหมี่คลุกทานกับปลาเส้น ▪ ผลไม้	▪ บะหมี่คลุกทานกับปลาเส้น ▪ ผลไม้	▪ บะหมี่คลุกทานกับปลาเส้น ▪ ลาบ ▪ ผลไม้
ศุกร์	▪ ผัดหมีขอสแดง ▪ ไก่ทอดกระเทียมเจ ▪ ผลไม้	▪ ผัดหมีขอสแดง ▪ ไก่ทอดกระเทียมเจ ▪ ผลไม้	▪ ผัดหมีขอสแดง ▪ ไก่ทอดกระเทียมเจ ▪ ผลไม้	▪ ผัดหมีขอสแดง ▪ ไก่ทอดกระเทียมเจ ▪ ผลไม้

*** รายการอาหารข้างต้นอาจมีการเปลี่ยนแปลง ขึ้นกับวัตถุดิบและปัจจัยอื่นๆ