

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่างชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-3/Lunch and Snack Menus for Year 1 – Year 3
ประจำเดือนสิงหาคม 2561 / August 2018

| สัปดาห์ วัน | สัปดาห์ที่ 1/Week 1 | สัปดาห์ที่ 2/Week 2 | สัปดาห์ที่ 3/Week 3 | สัปดาห์ที่ 4/Week 4 | สัปดาห์ที่ 5/Week 5 |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| วันจันทร์ Monday | | วันที่ 6 - หมูปั้นก้อนทอด - ต้มจืดผัก - แคนตาลูป กล้วยไข่ | วันที่ 13 หยุดชดเชยวันแม่ Substitution Day for Her Majesty the Queen's Birthday | วันที่ 20 - ไก่ย่างซอสเทอริยากิ - ผัดผักรวม - ชมพู สาลี | วันที่ 27 - หมูกระเทียม - ต้มจืดไข่น้ำ - แอปเปิ้ล ฝรั่งกิมจู |
| วันอังคาร Tuesday | | วันที่ 7 - บะหมี่เกี๊ยวหมูแดง - โดนัท สาลี | วันที่ 14 วันหยุดฉลองนาม โรงเรียน Assumption Day | วันที่ 21 - ชูปมั๊กกะโรนีหมู+กุ้ง - เค้กชิฟฟอน แอปเปิ้ล | วันที่ 28 - ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำใส - แพนเค้กไส้กรอก มะม่วง |
| วันพุธ Wednesday | วันที่ 1 - ไข่พะโล้ - ผัดบร็อคโคลี่ใส่แฮม - แคนตาลูป แอปเปิ้ล | วันที่ 8 - ไข่เจียวหมูสับ - ต้มชุปไก่ - เมล่อน ฝรั่งกิมจู | วันที่ 15 - ข้าวมันไก่ - น้ำชุป - แอปเปิ้ล เมล่อน | วันที่ 22 - ผัดกระเพราหมู - ต้มจืดแตงกวายัดไส้ - มะม่วง องุ่นไร้เมล็ด | วันที่ 29 - ข้าวหมูแดง - น้ำชุป - ชมพู กล้วยไข่ |
| วันพฤหัสบดี Thursday | วันที่ 2 - สปาเก็ตตี้ซอสหมู - ไส้กรอกทอด - ชมพู กล้วยไข่ | วันที่ 9 - มั๊กกะโรนีผัดซอส - เบคอนทอด - มะม่วง แอปเปิ้ล | วันที่ 16 - ผัดยากิโซบะหมู+ไข่กุ้ง - ชูปเต้าหู้ - ฝรั่งกิมจู มะม่วง | วันที่ 23 - บะหมี่ไก่ตุ๋น - ชมพู เมล่อน | วันที่ 30 - เส้นใหญ่ผัดซีอิ๊วทะเล - สาลี องุ่นไร้เมล็ด |
| วันศุกร์ Friday | วันที่ 3 - ออกไก่ทอด - ผัดผักกาดขาวใส่ปูอัด - วุ้นเบ็ด สาลี | วันที่ 10 - ข้าวผัดกุ้ง - ชูปสาหร่าย - ขนมถั่วกวน องุ่นไร้เมล็ด | วันที่ 17 - ข้าวหมูย่างน้ำผึ้ง - ต้มจืดวุ้นเส้นหมูสับ - ขนมพื้ทอง กล้วยไข่ | วันที่ 24 - ข้าวผัดไข่ - เนื้อปลาทอดกระเทียม - ขนมตะโก้ แคนตาลูป | วันที่ 31 - ไก่อบซอส - ต้มจืดเต้าหู้+สาหร่าย - ขนมชั้น เมล่อน |
| อาหารว่างบ่าย | <input type="checkbox"/> นมรสจืด/Milk, น้ำผลไม้/Juice <input type="checkbox"/> ผลไม้สดตามฤดูกาล/Fresh Seasonal Fruit | | | | |
| รายการอาหาร/อาหารว่างอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม | | | | | |