

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่างชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-3/Lunch and Snack Menus for Year 1 – Year 3

ประจำเดือนกันยายน 2561 / September 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 ผลไม้เบรก(พาย)	วันที่ 3 - หมูปั้นก้อนทอด - ต้มจืดผัก - แคนตาลูป กล้วยไข่	วันที่ 10 - ผัดกระเพราหมู - ไข่กรอกทอด - ชมพู องุ่นไร้เมล็ด	วันที่ 17 - หมูกระเทียม - ต้มจืดไข่น้ำ - แอปเปิ้ล ฝรั่งกิมจู	วันที่ 24 - ไข่พะโล้ - ผัดบร็อคโคลี่ - แคนตาลูป/แพนเค้ก นมกล่อง/น้ำผลไม้	
วันอังคาร Tuesday ผลไม้เบรก(พาย)	วันที่ 4 - บะหมี่เกี๊ยวหมูแดง - โดนัท สาลี่	วันที่ 11 - เกี๊ยวซ่าไก่+ไข่ต้ม - วุ้นแพนชี แอปเปิ้ล	วันที่ 18 - ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำใส - แพนเค้กไข่กรอก มะม่วง	วันที่ 25 นักเรียนหยุดทุกระดับชั้น เพื่ออ่านหนังสือ	
วันพุธ Wednesday ผลไม้เบรก(พาย)	วันที่ 5 - ไข่เจียวหมูสับ - ต้มซุปไก่ - เมล่อน ฝรั่งกิมจู	วันที่ 12 - ข้าวผัดหมูหยอง - ต้มยำไก่+น้ำใส(ไม่เผ็ด) - แคนตาลูป กล้วยไข่	วันที่ 19 - ข้าวหมูแดง - น้ำซุป - ชมพู กล้วยไข่	วันที่ 26 - สปาเก็ตตี้ซอสหมู - ไข่กรอกทอด - ชมพู/ซีฟอน นมกล่อง/น้ำผลไม้	
วันพฤหัสบดี Thursday ผลไม้เบรก(พาย)	วันที่ 6 - มักกะโรนีผัดซอส - เบคอนทอด - มะม่วง แอปเปิ้ล	วันที่ 13 - บะหมี่ไก่ตุ๋น+ไข่ต้ม - มะม่วงมัน ฝรั่งกิมจู	วันที่ 20 - เส้นใหญ่ผัดซีอิ้วทะเล - สาลี่ องุ่นไร้เมล็ด	วันที่ 27 นักเรียนหยุดทุกระดับชั้น เพื่ออ่านหนังสือ	
วันศุกร์ Friday ผลไม้เบรก(พาย)	วันที่ 7 - ข้าวผัดกุ้ง - ซุปสาหร่าย - ขนมถั่วกวน องุ่นไร้เมล็ด	วันที่ 14 - ข้าวมันไก่ทอด - น้ำพริก - โดนัทจิ้ง เมล่อน	วันที่ 21 - ไข่อบซอส - ต้มจืดเต้าหู้+สาหร่าย - ขนมชั้น เมล่อน	วันที่ 28 นักเรียนระดับประถม หยุด	
อาหารว่างพาย	<input type="checkbox"/> นมรสจืด/Milk, น้ำผลไม้/Juice <input type="checkbox"/> ผลไม้สดตามฤดูกาล/Fresh Seasonal Fruit				
รายการอาหาร/อาหารว่างอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม					