

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

ประจำเดือนกุมภาพันธ์ 2562 / February 2019

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 4 โรงเรียนหยุด	วันที่ 11 * ข้าวมันไก่ * ซุปฟัก * ผลไม้แอปเปิ้ล ผลไม้ฝรั่ง	วันที่ 18 * ผัดกระเพราหมู * ไส้กรอกทอด * ผลไม้แคนตาลูป ผลไม้มะม่วง	วันที่ 25 * ข้าวผัดกุ้ง * ซุปสาหร่าย * วุ้นแพนชี/ชมพู่ นมกล่อง/น้ำผลไม้
วันอังคาร Tuesday ผลไม้เบรก(พาย)		วันที่ 5 โรงเรียนหยุด	วันที่ 12 * บะหมี่เกี๊ยวหมูแดง * เบเกอรี่/คัพเค้ก ผลไม้มะม่วง	วันที่ 19 วันมาฆบูชา Magha Puja Day	วันที่ 26 นักเรียนหยุดทุกระดับชั้น เพื่ออ่านหนังสือ
วันพุธ Wednesday ผลไม้เบรก(พาย)		วันที่ 6 * ข้าวผัดอเมริกัน * ผลไม้ฝรั่ง ผลไม้แอปเปิ้ล	วันที่ 13 * ต้มจืดวุ้นเส้นกุ้งสด * ไก่ย่างเทอริยากิ * ผลไม้ชมพู่ ผลไม้กล้วยไข่	วันที่ 20 * ต้มจืดเต้าหู้ยัดไส้ * กุ้งผัดซีอิ้วหวาน * ผลไม้สาลี่ ผลไม้กล้วยไข่	วันที่ 27 * ข้าวหมูแดง * น้ำซุป * โดนัทโกลิโธ/แอปเปิ้ล นมกล่อง/น้ำผลไม้
วันพฤหัสบดี Thursday ผลไม้เบรก(พาย)		วันที่ 7 * ผัดบร็อคโคลี่ * ไข่พะโล้ * ผลไม้ชมพู่ ผลไม้องุ่นไร้เมล็ด	วันที่ 14 * มักกะโรนีผัดซอส * เบคอนทอด * ผลไม้มะม่วง ผลไม้แอปเปิ้ล	วันที่ 21 * สเปกเก็ตตี้ซอสหมู * หมูชุบเกล็ดขนมปัง * ผลไม้ชมพู่ ผลไม้ฝรั่ง	วันที่ 28 นักเรียนหยุดทุกระดับชั้น เพื่ออ่านหนังสือ
วันศุกร์ Friday ผลไม้เบรก(พาย)	วันที่ 1 โรงเรียนหยุด	วันที่ 8 * ข้าวผัดกุ้งเตี๋ยง * ต้มยำไก่น้ำใส (ไม่เผ็ด) * โดนัทโกลิโธ ผลไม้ชมพู่	วันที่ 15 * หมูย่างน้ำผึ้ง * ซุปเต้าหู้ * ขนมสอดไส้ ผลไม้แคนตาลูป	วันที่ 22 * ต้มซุปไก่มันฝรั่ง * ไข่เจียวกุ้งสด * ขนมตะโก้สาคุ ผลไม้แอปเปิ้ล	
อาหารว่างพาย	<input type="checkbox"/> นมรสจืด/Milk,น้ำผลไม้/Juice <input type="checkbox"/> ผลไม้สดตามฤดูกาล/Fresh Seasonal Fruit				

รายการอาหาร/อาหารว่างอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

งานโภชนาการ

โรงเรียนอัสสัมชัญหลักสูตรภาษาอังกฤษ