

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

ประจำเดือนสิงหาคม 2562 / August 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 5 * ผัดลูกมะระหวานกุ้งสับ * ไข่พะโล้ * ผลไม้มะละกอสุก ผลไม้แอปเปิ้ล	วันที่ 12 The Birthday of Her Majesty Queen Sirikit, the Queen Mother	วันที่ 19 * ผัดกระเพราหมู * ไข่กรอกทอด * ผลไม้แก้วมังกร ผลไม้องุ่นไร้เมล็ด	วันที่ 26 * ต้มจัดแต่งกวางยัดไส้ * หมูผัดซอสเทอริยากิ * ผลไม้แดงโม ผลไม้สาลี
วันอังคาร Tuesday ผลไม้เบรก(พาย)		วันที่ 6 * สเปาเกตุต้ซอสหมู * ไข่กรอกทอด * เบเกอรี่/โดนัทจิ๋ว ผลไม้ฝรั่งกิมจู	วันที่ 13 * บะหมี่หมูน้ำใส * เบเกอรี่/บราวนี่ ผลไม้มะม่วง	วันที่ 20 * บะหมี่กึ่งยาวหมูแดง * เบเกอรี่/คัพเค้ก ผลไม้ชมพู	วันที่ 27 * ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋น * เบเกอรี่/เค้กชิฟฟอน ผลไม้แคนตาลูป
วันพุธ Wednesday ผลไม้เบรก(พาย)		วันที่ 7 * ข้าวผัดกุ้งเชียง * ซุปสาหร่าย * ผลไม้มะม่วง ผลไม้กล้วยไข่	วันที่ 14 * ข้าวมันไก่ทอด * ซุปฟัก * ผลไม้แดงโม ผลไม้ฝรั่งกิมจู	วันที่ 21 * ต้มจัดผักเห็ดหอม * หมูปั้นก้อนทอด * ผลไม้แดงทิเบต ผลไม้กล้วยไข่	วันที่ 28 * ไข่ตุ๋นกุ้งสับ * ผัดกระเพราไก่ * ผลไม้แก้วมังกร ผลไม้กล้วยไข่
วันพฤหัสบดี Thursday ผลไม้เบรก(พาย)	วันที่ 1 * ไข่เจียวหมูสับ * ต้มซุปไก่ * ผลไม้แดงทิเบต ผลไม้ฝรั่งกิมจู	วันที่ 8 * ก๋วยจั๊บน้ำข้น+ไข่ต้ม * ผลไม้องุ่นไร้เมล็ด ผลไม้ชมพู	วันที่ 15 วันหยุดฉลองนามโรงเรียน Assumption Day	วันที่ 22 * ก๋วยเตี๋ยวหมูตุ๋น * ผลไม้องุ่นไร้เมล็ด ผลไม้ฝรั่งกิมจู	วันที่ 29 * มักกะโรนีผัดซอส * เบคอนทอด * ผลไม้ชมพู ผลไม้องุ่นไร้เมล็ด
วันศุกร์ Friday ผลไม้เบรก(พาย)	วันที่ 2 * หมูทอด * ซุปฟัก * ขนมวุ้นเบ็ด ผลไม้ชมพู	วันที่ 9 * ต้มจัดวุ้นเส้นไก่สับ * กุ้งทอดกระเทียม * ขนมสอดไส้ ผลไม้แคนตาลูป	วันที่ 16 * ต้มจัดตำลึงหมูสับ * ไก่ผัดซีอิ๊วหวาน * ขนมชั้น ผลไม้ชมพู	วันที่ 23 * ต้มข้าวไก่ * ปลาทอด * ขนมตะโก้สาธุ ผลไม้มะม่วง	วันที่ 30 * ข้าวผัดอเมริกัน * ซุปสาหร่าย * ขนมถั่วแฉะ ผลไม้แอปเปิ้ล
อาหารว่างพาย	<input type="checkbox"/> นมรสจืด/Milk, น้ำผลไม้/Juice <input type="checkbox"/> ผลไม้สดตามฤดูกาล/Fresh Seasonal Fruit				

รายการอาหาร/อาหารว่างอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม