

รายการอาหารประจำวัน ที่ 17 พฤศจิกายน - 4 ธันวาคม พ.ศ. 2562

วัน เดือน ปี	มือเช้า	มือกลางวัน	มือเย็น	หมายเหตุ
อาทิตย์ 17-พ.ย.-62	*****หยุด*****	*****หยุด*****	แกงอั้งเล แกงจืดไข่น้ำ ผลไม้	
จันทร์ 18-พ.ย.-62	ต้มข้าวไก่ วุ้นเส้นผัดไข่	ผัดหมีเหลืองหมูแดง + น้ำซุปล ผลไม้	น้ำพริกอ่อง + แคบหมู แกงจืดลูกชิ้นปลา ผลไม้	
อังคาร 19-พ.ย.-62	แกงจืดเต้าหู้สาหร่าย ปลาตอลลี่ผัดขึ้นฉ่าย	หมูเกาหลี ผลไม้	โคนปิ้งไก่ทอด แกงเผ็ดฟักทองหมู ผลไม้	
พุธ 20-พ.ย.-62	เกาเหลาลูกชิ้น แฮมผัดไข่	ก๋วยเตี๋ยวมูตุน กล้วยบวชชี	แกงหยวกใส่ไก่ เต้าหู้ปลานึ่ง ผลไม้	
พฤหัสบดี 21-พ.ย.-62	แกงจืดรวมมิตร ผัดดอกกะหล่ำหมูหมัก	ข้าวหมกไก่ ผลไม้	ลาบหมูคั่ว + ผักสด แกงจืดแตงกวาหมูบด ผลไม้	
ศุกร์ 22-พ.ย.-62	พะโล้หมู + ไข่ ผัดผักกาดดองส้มหมูบด	ผัดไทย สาकुเปี้ยกข้าวโพด	ต้มยำทะเลรวมมิตร ผัดกระหล่ำปลีวุ้นเส้นหมูหมัก ผลไม้	
เสาร์ 23-พ.ย.-62	เกาเหลาเลือดหมู	ข้าวมันไก่ต้ม ผลไม้	แกงอ่อมฟักเขียวใส่ไก่ ทอดมันปลาทราย ผลไม้	
อาทิตย์ 24-พ.ย.-62	โจ๊กหมูแดง ไข่ลวด	ผัดซีอิ้วหมูหมัก เฉาก๊วยน้ำเชื่อม	แกงแคไก่ ลูกชิ้น + ไส้กรอกทอด ผลไม้	
จันทร์ 25-พ.ย.-62	คูนฟักเขียวซี่โครงหมู หมูผัดพริกขิง	คั่วกลิ้งไก่ + ไข่ดาว ผลไม้	แกงเทโพหมู หมูยอหนึ่ง ผลไม้	
อังคาร 26-พ.ย.-62	ปลานิลทอดกระเทียม แกงจืดฟองเต้าหู้	ก๋วยเตี๋ยวเรือ + แคบหมู รวมมิตรน้ำกะทิ	แกงขนุนซี่โครงหมู นึ่งไก่ทอด ผลไม้	
พุธ 27-พ.ย.-62	ผัดเปรี้ยวหวานหมู ซี่โครงหมูตุ๋นยาจีน	ข้าวมันไก่ทอด ผลไม้	หมูน้ำตก แกงจืดบวบเหลี่ยมหมูบด ผลไม้	

รายการอาหารประจำวันที่ 17 พฤศจิกายน - 4 ธันวาคม พ.ศ. 2562

วัน เดือน ปี	มือเช้า	มือกลางวัน	มือเย็น	หมายเหตุ
พฤหัสบดี 28-พ.ย.-62	แกงจืดไข่นุรอก ผัดผักรวมมิตร	ขนมจีนน้ำยากะทิ ลอดช่องน้ำกะทิ	ทะเลผัดผงกระหรี่ แกงจืดวุ้นเส้น ผลไม้	
ศุกร์ 29-พ.ย.-62	ต้มผักกาดดองซี่โครงหมู อกไก่ผัดเม็ดมะม่วง	พะแนงไก่ + ไข่ต้ม ผลไม้	ยำไข่ดาว แกงจืดเต้าหู้หมูบด ผลไม้	
เสาร์ 30-พ.ย.-62	ข้าวต้มทะเล	สุกี้ไก่ ลูกชิตน้ำกะทิ	น้ำพริกกะปิ + ปลาทุทอด ต้มหน่อไม้ใส่ซี่โครงหมู ผลไม้	
อาทิตย์ 1-ธ.ค.-62	กระเพาะปลาน้ำแดง	ข้าวแกงเขียวหวานหมู ผลไม้	แกงอ่อมยอดมะพร้าวใส่ไก่ ผัดฉ่าปลาดอลลี่ ผลไม้	
จันทร์ 2-ธ.ค.-62	ปลานิลราดพริก แกงจืดไข่น้ำ	ขนมจีนน้ำเงี้ยว + แคบหมู เต้าส่วน	ยำรวมมิตรทะเล แกงจืดหัวผักกาดหมูแดง ผลไม้	
อังคาร 3-ธ.ค.-62	พะโล้โคนปีกไก่ + ไข่ ผัดบล็อกเคอร์รี่หมูหมัก	ข้าวหมูทอดกระเทียม ผลไม้	กระเพราไก่ แกงจืดรวมมิตร ผลไม้	
พุธ 4-ธ.ค.-62	ไก่ตุ๋นมะนาวดอง หมูผัดพริกสด	ส้มตำ - ไก่ทอด ข้าวเหนียวนึ่ง ผลไม้	*****หยุด*****	

หมายเหตุ ผลไม้มือเย็นจัดให้ตามฤดูกาล  
รายการอาหารอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสมและบริบท