

รายการอาหารกลางวัน
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลเมืองศิลา ประจำเดือนพฤษภาคม ๒๕๖๗

ที่	วัน/เดือน/ปี	รายการอาหาร	หมายเหตุ
๑	๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๗	๑. ข้าวผัดไข่+กุ้ง คะนํ้า แครอท มะเขือเทศ ๒. น้ำซุปรัก/แตงกวา ๓. ฝรั่ง	
๒	๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว+ข้าวเจ้ากล็อง ๒. ต้มยำปลาหูสด เห็ดนางฟ้า (ไม่ใส่พริก) ๓. แอ๊ปเปิ้ล	
๓	๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๗	๑. ข้าวมันไก่ ตับ เลือด (หันเป็นชิ้นเล็ก) ๒. น้ำซุปรัก/แตงกวา ๓. เฉาก๊วยข้าวโพด	
๔	๒๑ พฤษภาคม ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดแตงกวายัดไส้หมูสับ แครอท ๓. มะละกอสุก	
๕	๒๓ พฤษภาคม ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว+ข้าวเจ้ากล็อง ๒. ผัดผักรวมมิตรไก่ ๓. น้ำซุปรัก ๔. กลัวยน้ำว้า	
๖	๒๔ พฤษภาคม ๒๕๖๗	๑. ก๋วยเตี๋ยวน้ำเส้นใหญ่หมูสับ ลูกชิ้นหมู คะนํ้า ถั่วงอก ผักบั้ง ๒. ข้าวโพดต้ม	
๗	๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใส่เลือด ตำลึง ๓. สับปะรด	
๘	๒๘ พฤษภาคม ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ต้มไก่บ้าน ใส่ใบมะขามอ่อน ใส่ตับ เลือด (หันเป็นชิ้นเล็กๆ) ๓. ส้มเขียวหวาน	
๙	๒๙ พฤษภาคม ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ผัดกะเพราหมูสับ ใส่ถั้วฝักยาว +ไข่ดาว ๒. น้ำซุปรัก ๓. ฟักทองนึ่ง	
๑๐	๓๐ พฤษภาคม ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว+ข้าวเจ้ากล็อง ๒. ต้มยำรวมมิตร (กุ้ง หมู ลูกชิ้นปลา) เห็ดฟาง (ไม่ใส่พริก) ๓. แอ๊ปเปิ้ล	
๑๑	๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๗	๑. ข้าวผัดสามสีไก่ ใส่ไข่ ๒. น้ำซุปรัก/แตงกวา ๓. มะม่วงสุก	