

รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลเมืองศิลา
ประจำเดือนกรกฎาคม 2568

ที่	วันที่	ชื่อรายการอาหาร	หมายเหตุ
1	01/07/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใส่เลือด ตำลึง	
		กล้วยไข่ 1 ผล	
2	02/07/68	ข้าวไก่ทอด	
		ซूपผัก น้ำจิ้ม	
		แตงไทยสุก 4 ชิ้นพอคำ	
3	03/07/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ไข่เจียวทรงเครื่องไก่สับ ตำลึง มะเขือเทศ กะหล่ำปลี (ไข่ 1/2 ฟอง)/ น้ำซूप	
		เค้กกล้วยหอม 1 ชิ้น	
4	04/07/68	กล้วยเตียนน้ำเส้นมะพร้าวหมู ลูกชิ้นหมู ผักกวาดดั่ง ถั่วงอก	
		แก้วมังกร 3 ชิ้นพอคำ	
5	07/07/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ต้มเลือดหมู ตำลึง ถั่วงอก ผักนึ่ง หมูสับ ลูกชิ้นปลา	
		กล้วยน้ำว้า 1 ผล	
6	08/07/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ไข่พะโล้ไก่ ใส่เลือด หัวผักกาด	
		ฝรั่ง 1/4 ผล	
7	09/07/68	ข้าวผัดไข่ คะน้า แครอท มะเขือเทศ	
		ซूपใส (หอมใหญ่ มันฝรั่ง แครอท)	
		แอปเปิ้ล 1/2 ผลเล็ก	

รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลเมืองศิลา
ประจำเดือนกรกฎาคม 2568

ที่	วันที่	ชื่อรายการอาหาร	หมายเหตุ
8	14/07/68	ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นเส้นเล็ก ใสเลือด	
		ขนมครก 1 คู่	
9	15/07/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใสเลือด ตำลึง	
		แก้วมังกร 3 ชิ้นพอคำ	
10	16/07/68	ข้าวมันไก่ ชุปผัก น้ำจิ้ม แตงกวา	
		แตงไทยสุก 4 ชิ้นพอคำ	
11	17/07/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ไข่พะโล้ไก่ ใสเลือด หัวผักกาด	
		กล้วยน้ำว้า 1 ผล	
12	18/07/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ผัดวุ้นเส้นหมูสับ กะหล่ำปลี แครอท มะเขือเทศ/น้ำซุปร	
		ฝรั่ง 1/4 ผล	
13	21/07/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		แกงจืดสาหร่ายหมูสับ ใสกุ้ง เต้าหู้ไข่	
		แอปเปิ้ล 1/2 ผลเล็ก	
14	22/07/68	ข้าวผัดกะเพราหมู ใสตับ ถั่วงอกยาว หอมใหญ่	
		น้ำซุปร	
		กล้วยไข่ 1 ผล	
15	23/07/68	ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นเส้นเล็ก ใสเลือด	
		ฝรั่ง 1/4 ผล	

รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลเมืองศิลา
ประจำเดือนกรกฎาคม 2568

ที่	วันที่	ชื่อรายการอาหาร	หมายเหตุ
16	24/07/68	ข้าวผัดอเมริกัน /ซูปฟัก	
		เค้กกล้วยหอม 1 ชิ้น	
17	25/07/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ไข่พะโล้หมู ไข่เต้าหู้ หัวผักกาด แครอทต้ม 1.5 ช้อนกินข้าว	
		สับปะรด	
18	29/07/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ไข่ลวก ตำลึง	
		กล้วยไข่ 1 ผล	
19	30/07/68	ก๋วยเตี๋ยวเส้นน้ำเส้นบะหมี่ไก่ ลูกชิ้นไก่ ผักกวางตุ้ง ถั่วงอก	
		ขนมฟักทอง 1 ชิ้น	
20	31/07/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ไข่เจียวทรงเครื่องหมูสับ แครอท กะหล่ำปลี (ไข่ 1/2 ฟอง)/น้ำซूप	
		แตงไทยสุก 4 ชิ้นพอคำ	