

รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลเมืองศิลา
ประจำเดือนกันยายน 2568

ที่	วันที่	ชื่อรายการอาหาร	หมายเหตุ
1	01/09/68	ข้าวไก่ทอด/ ซุปผัก / น้ำจิ้ม	
		ฝรั่ง 1/8 ผล	
2	02/09/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ผัดผักรวมมิตรหมู (หมู + แครอท + บร็อคเคอรี่ + ข้าวโพดอ่อน + เห็ดหอม)	
		หมูสับทอด/น้ำซุปร	
3	03/09/68	กล้วยน้ำว้า 1 ผล	
		กล้วยน้ำว้า 1 ผล	
3	03/09/68	กล้วยเตี๋ยน้ำเส้นมะพร้าวหมู ลูกชิ้นหมู ผักกวางตุ้ง ถั่วงอก(ถั่วงอกหั่นชิ้นเล็ก)	
		บัวลอยใส่เผือก 1.5 ทัพพี	
4	04/09/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี (แนะนำสำหรับอนุบาล โดยกรมอนามัย)	
		แกงจืดสาหร่ายหมูสับ ใส่กุ้ง เต้าหู้ไข่ (ตำรับอาหารเด็กก่อนวัยเรียน)	
		แอปเปิ้ล 1/2 ผลเล็ก	
5	05/09/68	ข้าวผัดหมู ใส่ไข่ คะน้า แครอท	
		ซุปรใส (หอมใหญ่ มันฝรั่ง แครอท)	
		กล้วยไข่ 1 ผล	
6	08/09/68	ข้าวขาหมู	
		ไข่ต้ม 1/2 ฟอง	
		สับปะรด 3 ชิ้นพอคำ	
7	09/09/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ต้มเลือดหมู ตำลึง หมูสับ ใส่ตับ	
		ขนมกล้วย 1 ชิ้น	

รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลเมืองศิลา
ประจำเดือนกันยายน 2568

ที่	วันที่	ชื่อรายการอาหาร	หมายเหตุ
8	10/09/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ผัดคะน้ากุ้ง/เต้าหู้ทอด/น้ำซุป	
		แอปเปิ้ล 1/2 ผลเล็ก	
9	11/09/68	ข้าวผัดสามสีกุ้ง ใส่ไข่/น้ำซุปหมู	
		ข้าวโพดคั่ว 1 ทัพพี	
10	12/09/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		แกงจืดผักเขียวหมู ใส่เต้าหู้/หมูทอดกระเทียม ผักเคี้ยว	
		กล้วยหอม 1/2 ผล	
	15/09/68	ข้าวมันไก่ ซุปผัก น้ำจิ้ม แต่งกวา 2 ช้อนกินข้าว	
		กล้วยน้ำว้า 1 ผล	
12	16/09/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ไข่พะโล้ไก่ ใส่เลือด หัวผักกาด	
		ผัดกะหล่ำปลีแครอทกุ้ง	
		ฝรั่ง 1/4 ผล	
13	17/09/68	ข้าวคลุกกะปิหมูหวาน ใส่ตับ	
		น้ำซุปหมู+ผักเขียว	
		มะละกอสุก 3 ชิ้นพอคำ	
14	18/09/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		ผัดผักรวมมิตรหมู (หมู + แครอท + บร็อคเคอรี่ + ข้าวโพดอ่อน + เห็ดหอม) ซุปใส (หอมใหญ่ มันฝรั่ง แครอท)/กล้วยไข่ 1 ผล	

รายการอาหารกลางวันศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลเมืองศิลา
ประจำเดือนกันยายน 2568

ที่	วันที่	ชื่อรายการอาหาร	หมายเหตุ
15	19/09/68	ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็ก เกี้ยวหมู ใส่มะเขือเทศ	
		องุ่น	
16	22/09/68	ข้าวผัดอเมริกัน ซุปผัก	
		มะละกอสุก 3 ชิ้นพorc	
17	23/09/68	ข้าวไก่ทอด ซุปผัก น้ำจิ้ม	
		สับปะรด 3 ชิ้นพorc	
18	24/09/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		แกงจืดสาหร่ายหมูสับ ใส่มะเขือเทศ เต้าหู้ไข่	
		แอปเปิ้ล 1/2 ผลเล็ก	
19	25/09/68	ก๋วยเตี๋ยวเส้นบะหมี่ทะเล ผักกวางตุ้ง ถั่วงอก	
		ฝรั่ง 1/4 ผล	
20	26/09/68	ข้าวหมูแดง แดงกว่า/น้ำจิ้ม /น้ำซุปหมู	
		ข้าวโพดคั่วเนย 1 ทัพพี	
21	29/09/68	ข้าวสวยขาว 1.5 ทัพพี	
		แกงจืดแดงกว่าหมูสับ + เต้าหู้ /หมูปั่นก้อนทอด	
		แคนตาลูป 4 ชิ้นพorc	
22	30/09/68	ข้าวราดหน้าไก่ ผักกวางตุ้ง/น้ำจิ้ม	
		ซูชิ (หอยใหญ่ มันฝรั่ง แครอท)	
		มะละกอสุก 3 ชิ้นพorc	