

รายการอาหารกลางวันประจำเดือน กรกฎาคม ๒๕๖๖

ที่	วัน/เดือน/ปี	รายการอาหาร	หมายเหตุ
๑	๓ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ผัดแตงกวาดับหมู+ไข่ ๓. น้ำซุ๊ปผัก ๔. ฝรั่ง	
๒	๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยข้าว ๒. แกงจืดผักเขียวหมูสับ ๓. ข้าวโพดต้ม	
๓	๕ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ไข่พะโล้หมู+เลือด+หัวผักกาด (ไข่ ½ ฟอง) ๓. ขนมตาล	
๔	๖ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวผัดไข่+กุ้ง+คะน้า+แครอท+มะเขือเทศ ๒. น้ำซุ๊ปกระดูกหมู ๓. ก๋วยเตี๋ยว	
๕	๗ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวหมูแดง ๒. แตงกวา/น้ำซุ๊ปผัก ๓. มะม่วงดิบ	
๖	๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวจ้าวกลิ้ง ๒. ผัดไก่ ใส่ตับ+ข้าวโพดอ่อน+เห็ดหูหนู+หอมใหญ่ ๓. น้ำซุ๊ปกระดูกหมู ๔. ฝรั่ง	
๗	๑๑ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ต้มยำรวมมิตร (ปลาหมึก หมู ลูกชิ้นปลา) เห็ดฟาง (ไม่ใส่พริก) ๓. สับปะรด	
๘	๑๒ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ผัดคะน้าไก่ ๓. น้ำซุ๊ปผัก ๔. ก๋วยเตี๋ยว	
๙	๑๓ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดผักกาดขาว+แครอท+หมูสับ+ลูกชิ้นปลา ๓. แก้วมังกร	
๑๐	๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ก๋วยเตี๋ยวราดหน้าเส้นใหญ่หมู+คะน้า+แครอท+ข้าวโพดอ่อน ๒. แอปเปิ้ล	
๑๑	๑๗ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวผัดสามสีไก่+ไข่+กุ้ง ๒. น้ำซุ๊ปกระดูกหมู/แตงกวา ๓. ฝรั่ง	

รายการอาหารกลางวันประจำเดือน กรกฎาคม ๒๕๖๖

ที่	วัน/เดือน/ปี	รายการอาหาร	หมายเหตุ
๑๒	๑๘ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดเต้าหู้ไข่+หมูสับ+เลือด+ตำลึง ๓. ลอดช่องข้าวโพดถั่วแดง	
๑๓	๑๙ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ต้มจับฉ่ายหมู ๓. ก๋วยเตี๋ยว	
๑๔	๒๐ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ไข่ตุ๋นทรงเครื่องหมู+ฟักทอง+ตำลึง ๓. น้ำซุบฟัก ๔. มะม่วงดิบ	
๑๕	๒๑ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ต้มยำรวมมิตร+กุ้ง+หมู+ลูกชิ้นปลา+เห็ดฟาง(ไม่ใส่พริก) ๓. สับปะรด	
๑๖	๒๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวคลุกกะปิ+หมูหวาน ๒. น้ำซุบกระดูกหมู ๓. ส้มเขียวหวาน	
๑๗	๒๕ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยข้าว ๒. แกงจืดหัวผักกาดซี่โครงหมู ๓. แอปเปิ้ล	
๑๘	๒๖ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ผัดวุ้นเส้นหมูสับ+ไข่+กะหล่ำปลี+แครอท ๓. ฝรั่ง	
๑๙	๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ก๋วยเตี่ยวผัดไทหมู+ไข่ ๒. น้ำซุบกระดูกหมู ๓. แก้วมังกร	
๒๐	๓๑ กรกฎาคม ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ลาบหมู+ตับ(ไม่ใส่พริก) ผักเคือง ๓. น้ำซุบฟัก ๔. ลอดช่องข้าวโพดถั่วแดง	