

รายการอาหารกลางวัน  
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลเมืองศิลา ประจำเดือน มิถุนายน ๒๕๖๖

ที่	วัน/เดือน/ปี	รายการอาหาร	หมายเหตุ
๑	๑ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ต้มกะทิสายบัวปลาหนึ่ง+ไข่เค็ม ¼ ฟอง ๓. มะละกอสุก	
๒	๒ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดฟักเขียวหมูสับ ๓. ข้าวโพดต้ม	
๓	๖ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวผัดสามสี+ไข่+ไข่+ปลาหมึก+แตงกวา ๒. น้ำซุปรดุกหมู ๒. ฝรั่ง	
๔	๗ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวคลุกกะปิหมูหวาน+ตับ ๒. แตงกวา ๓. น้ำซุปรดุก ๔. ส้มเขียวหวาน	
๕	๘ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ผัดกะหล่ำปลีหมูสับ+ตับ+ปลาหมึก ๓. น้ำซุปรดุก ๔. กลัวยน้ำหว่า	
๖	๙ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ลาบหมู+ตับ (ไม่ใส่พริก)+ผักสด ๓. ลอดช่องข้าวโพดถั่วแดง	
๗	๑๒ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดหัวผักกาดซีโครงหมู ๓. แอปเปิ้ล	
๘	๑๓ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ต้มยำรวม (กุ้ง+หมู+ลูกชิ้นปลา) เห็ดฟาง(ไม่ใส่พริก) ๓. ไข่ต้ม ½ ฟอง ๔. สับปะรด	
๙	๑๔ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดสามสหายหมู+ลูกชิ้นปลา ๔. กลัวยไข่	
๑๐	๑๕ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ไข่พะโล้หมู+เต้าหู้ (ไข่๑/๒ ฟอง) ๓. ฝรั่ง	

๑๑	๑๖ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ไข่ตุ๋นทรงเครื่องหมู+ผักทอง+ตำลึง ๓. น้ำซุปรกระดูกหมู ๔. มะม่วงดิบ	
๑๒	๑๙ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ก๋วยเตี๋ยวผัดไทหมู+ไข่ ๒. น้ำซุปรผัก ๓. แก้วมังกร	
๑๓	๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ผัดผักรวมมิตรไก่+ตับ ๓. ลอดช่องแต่งไทยข้าวโพด	
๑๔	๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวผัดสามสีไก่ไข่+กุ้ง ๒. แดงกวาง/น้ำซุปรกระดูกหมู ๓. ฝรั่ง	
๑๕	๒๒ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวหมูแดง ๒. แดงกวาง/น้ำซุปรกระดูกหมู ๓. มะม่วงดิบ	
๑๖	๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ผัดกะหล่ำปลีหมูสับ+ตับ ๓. น้ำซุปรกระดูกหมู ๔. สาลี่	
๑๗	๒๖ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดผักกาดขาว+แครอท+หมูสับ+ลูกชิ้นปลา ๓. ขนมกล้วย	
๑๘	๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวผัดไข่+คะน้า+แครอท+มะเขือเทศ+กุ้ง ๒. น้ำซุปรผัก ๓. กล้วยไข่	
๑๙	๒๘ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดผักเขียวหมูสับ ๓. ข้าวโพดต้ม	
๒๐	๒๙ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ก๋วยเตี๋ยวผัดซีอิ้วเส้นใหญ่หมู+ตับ+ไข่+คะน้า+ข้าวโพดอ่อน ๒. น้ำซุปรผัก ๓. ชมพู	
๒๑	๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๖	๑. ข้าวมันไก่+ตับ+เลือด ๒. น้ำซุปรผัก/แดงกวาง ๓. กล้วยน้ำหว้า	