

รายการอาหารกลางวันประจำเดือน กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

ที่	วัน/เดือน/ปี	รายการอาหาร	หมายเหตุ
๑	๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว+ข้าวเจ้ากล็อง ๒. แกงจืดสามสหายหมู+กุ้ง ๓. สาลี่	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๒	๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวผัด ใส่คะน้า แครอท มะเขือเทศ ๒. น้ำซุปรกระดูกหมู/แตงกวา ๓. แอปเปิ้ล	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๓	๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว+ข้าวเจ้ากล็อง ๒. ไข่พะโล้หมู ใส่เลือด หัวผักกาด ๓. ผรั่ง	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๔	๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดเต้าหู้ไข่ หมูสับ ใส่เลือด ตำลึง ๓. ถั่วฝักยาว	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๕	๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ผัดวุ้นเส้นหมูสับ ใส่ไข่ กะหล่ำปลี แครอท ๓. น้ำซุปรผัก ๔. ขนมตาล	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๖	๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว+ข้าวเจ้ากล็อง ๒. ต้มข่าไก่ ใส่เลือด เห็ดนางฟ้า ๓. ลูกพลับ	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๗	๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ก๋วยเตี่ยวผัดซีอิ้วเส้นใหญ่หมู ตับ ใส่ไข่ ๒. น้ำซุปรกระดูกหมู ๓. สาลี่	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๘	๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว+ข้าวเจ้ากล็อง ๒. ต้มยำปลาหูสด เห็ดนางฟ้า ๓. ถั่วฝักยาว	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๙	๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว ๒. ไข่ตุ๋นทรงเครื่องหมู พริกทอง ตำลึง ๓. น้ำซุปรผัก ๔. มันม่วง มันสั้มแกงบวด	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๑๐	๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดกะหล่ำปลี แครอท หมูสับ ลูกชิ้นปลา ๓. แก้วมังกร	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๑๑	๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวหมูแดง แตงกวา ๒. น้ำซุปรผัก ๓. สั้มเขียวหวาน	ผลไม้ตาม ฤดูกาล

ที่	วัน/เดือน/ปี	รายการอาหาร	หมายเหตุ
๑๒	๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว +ข้าวเจ้ากลิ้ง ๒. ต้มไก่ ใส่ตับ ๓. ฝรั่ง	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๑๓	๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวมันไก่ ตับ เลือด ๒. น้ำซุปรดุกหมู/แตงกวา ๓. มะละกอสุก	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๑๔	๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวผัดสามสีไก่ ใส่ไข่ ๒. น้ำซุพฟัก ๓. แอปเปิ้ล	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๑๕	๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว+ข้าวเจ้ากลิ้ง ๒. แกงจืดแตงกวายัดใส่หมูสับ ใส่ตับ แครอท ๓. ลอดช่องแตงไทย ข้าวโพด	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๑๖	๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑.ข้าวคดลูกกะปิ หมูหวาน ใส่ตับ ๒.น้ำซุพฟัก ๓.กล้วยหอม	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๑๗	๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว+ ข้าวเจ้ากลิ้ง ๒. ต้มยำรวมมิตร กุ้ง หมู ลูกชิ้นปลา เห็ดฟาง ๓. ฝรั่ง	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๑๘	๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว+ ข้าวเจ้ากลิ้ง ๒. ต้มเลือดหมู ตำลึง ถั่วงอก ผักบุ้ง หมูสับ ลูกชิ้นปลา ๓. ขนมฟักทอง	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๑๙	๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวผัดไข่ คะน้า แครอท มะเขือเทศ กุ้ง ๒. น้ำซุปรดุกหมู/แตงกวา ๓. ฝรั่ง	ผลไม้ตาม ฤดูกาล
๒๐	๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗	๑. ข้าวสวยขาว ๒. แกงจืดฟักเขียว หมูสับ ๓. มะละกอสุก	ผลไม้ตาม ฤดูกาล