



เมนูอาหารเช้า (วันที่ 13-17 ก.พ.66)

วันจันทร์	ข้าวต้มหมูปั้นก้อนเห็ดหอมทรงเครื่อง 1 จาน 250 Kcal	
วันอังคาร	ผัดยากิโซบะไก่ 1 จาน 550 Kcal	
วันพุธ	ข้าวต้ม+หมูหยอง+ผัดถั่วงอกหมูบดเต้าหู้แผ่น 1 ถ้วย 120 Kcal + 2 ชต. 76 Kcal + 1 ถ้วย 75 Kcal	
วันพฤหัสบดี	ผัดสปาเก็ตตี้ชี้เมาหมูบด 1 จาน 550 Kcal	
วันศุกร์	ข้าวต้มไก่ปั้นก้อนทรงเครื่อง 1 จาน 250 Kcal	

***หากมีข้อเสนอแนะ ปรับปรุง แก้ไข ติดต่อเจ้าหน้าที่คะ.



เมนูอาหารกลางวัน (วันที่ 13-17 ก.พ.66)

วันจันทร์	1.ผัดกระเพราหมูบด/ไก่ 1 ถ้วย 630 Kcal		2.ไข่ดาว 1 ฟอง 250 Kcal
	3.น้ำซุปล้าง		4.ขนมไทย
วันอังคาร	1.ข้าวมันไก่เนื้อ 1 จาน 590 Kcal		1.ข้าวมันไก่ทอด 1 จาน 695 Kcal
	3.น้ำซุปล้าง		4.ขนมไทย+ส้มเขียวหวาน
วันพุธ	1.ผัดดอกหอมตับหมู/ไก่ 1 ถ้วย 160 Kcal		2.ปีกกลางไก่ทอดสมุนไพร 2 ชิ้น 254 Kcal
	3.ต้มยำปลานิลเห็ดนางฟ้า 1 ถ้วย 85 Kcal		4.ขนมไทย
วันพฤหัสบดี	1.พะโล้หมู 1 ถ้วย 260 Kcal		2.ยำเห็ดปูอัด 1 ถ้วย 65 Kcal
	3.ผัดพริกหยวกลูกชิ้นไก่ 1 ถ้วย 85 Kcal		4.ขนมไทย
วันศุกร์	1.ต้มจืดมะระไก่ปั้นก้อน 1 ถ้วย 95 Kcal		2.น่องไก่ติดสะโพกตัวเต็ม 1 ถ้วย 240 Kcal
	3.ผัดแตงกวาใส่ไข่หมู/ไก่ 1 ถ้วย 105 Kcal		4.ขนมไทย

***หากมีข้อเสนอแนะ ปรับปรุง แก้ไข ติดต่อเจ้าหน้าที่คะ.