



เมนูอาหารเช้า (วันที่ 20-24 ก.พ.66)

| | | |
|-------------|---|--|
| วันจันทร์ |  | โจ๊ก+หมู/ไก่+ไข่กวน+เครื่องเคียง 1 ชาม 275 Kcal |
| วันอังคาร | | เส้นใหญ่ผัดซีอิ้วหมู 1 ชาม 730 Kcal |
| วันพุธ | | ข้าวต้มปลากระพงทรงเครื่อง 1 ชาม 250 Kcal |
| วันพฤหัสบดี | | ข้าวสวย+ต้มเลือดหมู+ไข่เจียว 1 ถ้วย Kcal+1 ถ้วย 120 Kcal+1 ฟอง 250 Kcal |
| วันศุกร์ |  | ข้าวต้มหมูกึ่งแห้งทรงเครื่อง 1 จาน 550 Kcal |

***หากมีข้อเสนอนะ ปรับปรุง แก้ไข ติดต่อเจ้าหน้าที่คะ.



เมนูอาหารกลางวัน (วันที่ 20-24 ก.พ.66)

| | | | |
|-------------|---|--|---------------------------------------|
| วันจันทร์ | 1.พะแนงไก่ 1 ถ้วย 180 Kcal |  | 2.ผัดปลอกโครีหมู 1 ถ้วย 75 Kcal |
| | 3.โดนปีกไก่ทอดสมุนไพร 3 ชิ้น 245 Kcal | | 4.ขนมไทย |
| วันอังคาร | 1.ต้มข่าไก่ 1 ถ้วย 210 Kcal | | 2.ทอดมันปลา 2 ชิ้น 258 Kcal |
| | 3.ผัดสายบัวหมู/ไก่ 1 ถ้วย 85 Kcal |  | 4.ขนมไทย |
| วันพุธ | 1.ต้นกะหล่ำปลีฟองเต้าหู้เห็ดหอม 1 ถ้วย 65 Kcal | | 2.น้ำตกไก่+ผักแกล้ม 1 ถ้วย 85 Kcal |
| | 3.ผัดผักทองใส่ไข่ 1 ถ้วย 105 Kcal | | 4.ขนมไทย |
| วันพฤหัสบดี | 1.ต้มจืดแพงมะนาวดองปีกกลางไก่ 1 ถ้วย 95 Kcal | | 2.อกไก่ผัดขิง 1 ถ้วย 75 Kcal |
| | 3.ซีโรงหมูอ่อนตุ๋นเห็ดหอม 1 ถ้วย 240 Kcal | | 4.ขนมไทย |
| วันศุกร์ | 1.สุกีน้ำหมูหมัก/ไก่หมัก/เต้าหู้ปลา 1 ชาม 435 Kcal |  | 2.เครื่องเคียง |
| | | | 4.ขนมไทย |

***หากมีข้อเสนอนะ ปรับปรุง แก้ไข ติดต่อเจ้าหน้าที่คะ.