

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (เดือน กรกฎาคม 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 1-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 3 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.ไก่อบ	2.ไก่อบ	2.ไก่อบ
	3.ต้มจืดผักกาดขาวหมูสับ	3.ต้มจืดผักกาดขาวหมูสับ	3.ต้มจืดผักกาดขาวหมูสับ
	4.กล้วยน้ำว้า	4.กล้วยน้ำว้า	4.กล้วยน้ำว้า
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ทาร์ตไข่+นมรสจืด	ทาร์ตไข่+นมรสจืด	ทาร์ตไข่+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันอังคาร 4 กรกฎาคม 2566	1.ซูปมัทกะโรนีหมูสับ	1.ซูปมัทกะโรนีหมูสับ	1.ซูปมัทกะโรนีหมูสับ
	2.ขนมฟักทอง	2.ขนมฟักทอง	2.ขนมฟักทอง
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ข้าวเหนียวไก่ทอด	ข้าวเหนียวไก่ทอด	ข้าวเหนียวไก่ทอด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพุธ 5 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวหมูแดง	1.ข้าวหมูแดง	1.ข้าวหมูแดง
	2.ซูปฟัก	2.ซูปฟัก	2.ซูปฟัก
	3.ฝรั่ง	3.ฝรั่ง	3.ฝรั่ง
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ขนมไข่+นมรสจืด	ขนมไข่+นมรสจืด	ขนมไข่+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 6 กรกฎาคม 2566	1.เส้นใหญ่ผัดซีอิ้วหมู	1.เส้นใหญ่ผัดซีอิ้วหมู	1.เส้นใหญ่ผัดซีอิ้วหมู
	2.บัวลอยเผือก	2.บัวลอยเผือก	2.บัวลอยเผือก
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ขนมปังสังขยา	ขนมปังสังขยา	ขนมปังสังขยา
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันศุกร์ 7 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวหน้าไก่ทรงคัตสึ	1.ข้าวหน้าไก่ทรงคัตสึ	1.ข้าวหน้าไก่ทรงคัตสึ
	2.ซูปมิโซะ	2.ซูปมิโซะ	2.ซูปมิโซะ
	3.แตงโม	3.แตงโม	3.แตงโม
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	เค้กฝอยทอง+นมรสจืด	เค้กฝอยทอง+นมรสจืด	เค้กฝอยทอง+นมรสจืด

1.การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย

2.รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

3.สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (เดือน กรกฎาคม 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 10 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.หมูสับปั้นก้อนทอด	2.หมูสับปั้นก้อนทอด	2.หมูสับปั้นก้อนทอด
	3.ต้มจืดผักกาดขาวเต้าหู้	3.ต้มจืดผักกาดขาวเต้าหู้	3.ต้มจืดผักกาดขาวเต้าหู้
	4.กล้วยน้ำว้า	4.กล้วยน้ำว้า	4.กล้วยน้ำว้า
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	มินิซาลาเปาไส้ครีม+นมรสจืด	ซาลาเปาไส้ครีม+นมรสจืด	ซาลาเปาไส้ครีม+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันอังคาร 11 กรกฎาคม 2566	1.ปะหมี่หมูแดง	1.ปะหมี่หมูแดง	1.ปะหมี่หมูแดง
	2.วุ้นมะพร้าวอ่อน	2.วุ้นมะพร้าวอ่อน	2.วุ้นมะพร้าวอ่อน
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	โจ๊กไก่	โจ๊กไก่	โจ๊กไก่
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพุธ 12 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.ไข่ตุ๋น	2.ไข่ตุ๋น	2.ไข่ตุ๋น
	3.แกงจืดวุ้นเส้นหมูสับ	3.แกงจืดวุ้นเส้นหมูสับ	3.แกงจืดวุ้นเส้นหมูสับ
	4.แก้วมังกร	4.แก้วมังกร	4.แก้วมังกร
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ชิฟฟอน+นมรสจืด	ชิฟฟอน+นมรสจืด	ชิฟฟอน+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 13 กรกฎาคม 2566	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กน้ำหมูตุ๋น ลูกชิ้น	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กน้ำหมูตุ๋น ลูกชิ้น	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กน้ำหมูตุ๋น ลูกชิ้น
	2.เต้าฮวยฟรุตสลัด	2.เต้าฮวยฟรุตสลัด	2.เต้าฮวยฟรุตสลัด
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	เฟรนช์ฟรายส์	เฟรนช์ฟรายส์	เฟรนช์ฟรายส์
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันศุกร์ 14 กรกฎาคม 2566	1.สปาเกตตีคาโบนาร่า (แฮม)	1.สปาเกตตีคาโบนาร่า (แฮม)	1.สปาเกตตีคาโบนาร่า (แฮม)
	2.ซूपหอมใหญ่	2.ซूपหอมใหญ่	2.ซूपหอมใหญ่
	3.แตงโม	3.แตงโม	3.แตงโม
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	โดนัทน้ำตาล+นมรสจืด	โดนัทน้ำตาล+นมรสจืด	โดนัทน้ำตาล+นมรสจืด

1. การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย

2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (เดือน กรกฎาคม 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 17 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.แกงจืดเจ้าเงาะหมูสับ	2.แกงจืดเจ้าเงาะหมูสับ	2.แกงจืดเจ้าเงาะหมูสับ
	3.ไข่เจียว	3.ไข่เจียว	3.ไข่เจียว
	4.แคนตาลูป	4.แคนตาลูป	4.แคนตาลูป
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	เค้กกล้วยหอม+นมรสจืด	เค้กกล้วยหอม+นมรสจืด	เค้กกล้วยหอม+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันอังคาร 18 กรกฎาคม 2566	1.บะหมี่น้ำลูกชิ้นหมูสับ+เกี้ยวทอด	1.บะหมี่น้ำลูกชิ้นหมูสับ+เกี้ยวทอด	1.บะหมี่น้ำลูกชิ้นหมูสับ+เกี้ยวทอด
	2.ลอดช่อง	2.ลอดช่อง	2.ลอดช่อง
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	เปาะเปี๊ยะทอด	เปาะเปี๊ยะทอด	เปาะเปี๊ยะทอด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพุธ 19 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.หมูซีอิ๊ว	2.หมูซีอิ๊ว	2.หมูซีอิ๊ว
	3.ซूपใสหัวไชเท้า	3.ซूपใสหัวไชเท้า	3.ซूपใสหัวไชเท้า
	4.องุ่น	4.องุ่น	4.องุ่น
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ขนมปังอบชีส+น้ำพืชน์	ขนมปังอบชีส+น้ำพืชน์	ขนมปังอบชีส+น้ำพืชน์
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 20 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม+ผัดหมูี่ซี่ชมพู	1.ผัดไทย	1.ผัดไทย
	2.ซूपสาหร่ายวากาเมะเต้าหู้ญี่ปุ่น	2.ขนมตาล	2.ขนมตาล
	3.ขนมตาล		
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ข้าวต้มหมู	ข้าวต้มหมู	ข้าวต้มหมู
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันศุกร์ 21 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวไก่ตุ๋นเห็ดหอม	1.ข้าวหมกไก่	1.ข้าวหมกไก่
	2.ซूपฟัก	2.ซूपฟัก	2.ซूपฟัก
	3.ฝรั่ง	3.ฝรั่ง	3.ฝรั่ง
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	เค้กโรล+นมรสจืด	เค้กโรล+นมรสจืด	เค้กโรล+นมรสจืด

1. การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย

2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (เดือน กรกฎาคม 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 24 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.ผัดกะหล่ำปลีหมู	2.ผัดกะหล่ำปลีหมู	2.ผัดกะหล่ำปลีหมู
	3.แกงจืดลูกรอก	3.แกงจืดลูกรอก	3.แกงจืดลูกรอก
	4.แคนตาลูป	4.แคนตาลูป	4.แคนตาลูป
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	เอแคลร์+นมรสจืด	เอแคลร์+นมรสจืด	เอแคลร์+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันอังคาร 25 กรกฎาคม 2566	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นหมี่น้ำหมูสับ ลูกชิ้น	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นหมี่น้ำหมูสับ ลูกชิ้น	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นหมี่น้ำหมูสับ ลูกชิ้น
	2.ขนมกล้วย	2.ขนมกล้วย	2.ขนมกล้วย
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ข้าวโพดคั่วกลูเนย	ข้าวโพดคั่วกลูเนย	ข้าวโพดคั่วกลูเนย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพุธ 26 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.ไก่ทอดเทอริยากิ	2.ไก่ทอดเทอริยากิ	2.ไก่ทอดเทอริยากิ
	3.ซูปฟัก	3.ซูปฟัก	3.ซูปฟัก
	4.ฝรั่ง	4.ฝรั่ง	4.ฝรั่ง
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	พายกรอบ+นมรสจืด	พายกรอบ+นมรสจืด	พายกรอบ+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 27 กรกฎาคม 2566	1.ผัดฮ่องกงเต้	1.ผัดฮ่องกงเต้	1.ผัดฮ่องกงเต้
	2.ซูปกะหล่ำปลีไก่	2.ซูปกะหล่ำปลีไก่	2.ซูปกะหล่ำปลีไก่
	3.เฉาก๊วย	3.เฉาก๊วย	3.เฉาก๊วย
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ไส้กรอกไก่ลวก	ไส้กรอกไก่ลวก	ไส้กรอกไก่ลวก
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันศุกร์ 28 กรกฎาคม 2566	วันหยุด	วันหยุด	วันหยุด
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย

1. การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย

2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (เดือน กรกฎาคม 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 31 กรกฎาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.ผัดบรอกโคลีแครร์อตหมูสับ	2.ผัดบรอกโคลีแครร์อตหมูสับ	2.ผัดบรอกโคลีแครร์อตหมูสับ
	3.ไข่พะโล้	3.ไข่พะโล้	3.ไข่พะโล้
	4.แอปเปิ้ลแดง	4.แอปเปิ้ลแดง	4.แอปเปิ้ลแดง
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	เค้กส้ม+นมรสจืด	เค้กส้ม+นมรสจืด	เค้กส้ม+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย

1. การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย
2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน