

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (สิงหาคม 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 1-6
วันจันทร์			
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันอังคาร			
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันพุธ			
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 3 สิงหาคม 2566	1.เส้นใหญ่ราดหน้าหมูนุ่ม	1.เส้นใหญ่ราดหน้าหมูนุ่ม	1.เส้นใหญ่ราดหน้าหมูนุ่ม
	2.แคนตาลูป	2.แคนตาลูป	2.แคนตาลูป
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	โจ๊กไก่	โจ๊กไก่	โจ๊กไก่
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันศุกร์ 4 สิงหาคม 2566	1.ข้าวหน้าหมูสโตล์ญี่ปุ่น	1.ข้าวหน้าหมูสโตล์ญี่ปุ่น	1.ข้าวหน้าหมูสโตล์ญี่ปุ่น
	2.ซูปมิโอะ	2.ซูปมิโอะ	2.ซูปมิโอะ
	3.แอปเปิ้ลแดง	3.แอปเปิ้ลแดง	3.แอปเปิ้ลแดง
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	โตรยาگیไส้ถั่วแดง+นมรสจืด	โตรยาگیไส้ถั่วแดง+นมรสจืด	โตรยาگیไส้ถั่วแดง+นมรสจืด

- 1.การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย
- 2.รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
- 3.สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (สิงหาคม 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 7 สิงหาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.หมูกระเทียม+ไข่ดาว	2.หมูกระเทียม+ไข่ดาว	2.หมูกระเทียม+ไข่ดาว
	3.ซूपใสกะหล่ำปลี	3.ซूपใสกะหล่ำปลี	3.ซूपใสกะหล่ำปลี
	4.ฝรั่ง	4.ฝรั่ง	4.ฝรั่ง
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	โดนัทน้ำตาล+นมรสจืด	โดนัทน้ำตาล+นมรสจืด	โดนัทน้ำตาล+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันอังคาร 8 สิงหาคม 2566	1.ผัดฮ่องกงเต้าหู้+ซूपใสผักกาดขาว	1.ผัดฮ่องกงเต้าหู้	1.ผัดฮ่องกงเต้าหู้
	2.ลอดช่องน้ำกะทิ	2.ลอดช่องน้ำกะทิ	2.ลอดช่องน้ำกะทิ
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	นักเก็ตไก่	นักเก็ตไก่	นักเก็ตไก่
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพุธ 9 สิงหาคม 2566	1.ข้าวมันไก่	1.ข้าวมันไก่	1.ข้าวมันไก่
	2.ซूपฟักเห็ดหอม	2.ซूपฟักเห็ดหอม	2.ซूपฟักเห็ดหอม
	3.แตงโม	3.แตงโม	3.แตงโม
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	แซนวิชปูอัด+นมรสจืด	แซนวิชปูอัด+นมรสจืด	แซนวิชปูอัด+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 10 สิงหาคม 2566	1.ก๋วยจั๊บน้ำข้น	1.ก๋วยจั๊บน้ำข้น	1.ก๋วยจั๊บน้ำข้น
	2.ฟรุตสลัด	2.ฟรุตสลัด	2.ฟรุตสลัด
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	ข้าวต้มกุ้ง	ข้าวต้มกุ้ง	ข้าวต้มกุ้ง
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันศุกร์ 11 สิงหาคม 2566	1.ข้าวไก่อบซอสน้ำตาลแดง (บรอกโคลี)	1.ข้าวไก่อบซอสน้ำตาลแดง (บรอกโคลี)	1.ข้าวไก่อบซอสน้ำตาลแดง (บรอกโคลี)
	2.ซूपหอมใหญ่	2.ซूपหอมใหญ่	2.ซूपหอมใหญ่
	3.องุ่นแดง	3.องุ่นแดง	3.องุ่นแดง
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	ช็อคโกแลตหน้านิ่ม+นมรสจืด	ช็อคโกแลตหน้านิ่ม+นมรสจืด	ช็อคโกแลตหน้านิ่ม+นมรสจืด

- 1.การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย
2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (สิงหาคม 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันจันทร์ 14 สิงหาคม 2566	วันหยุด	วันหยุด	วันหยุด
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันอังคาร 15 สิงหาคม 2566	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
	1.บะหมี่ผัดหมูแดง (บะหมี่แห้ง)	1.บะหมี่ผัดหมูแดง (บะหมี่แห้ง)	1.บะหมี่ผัดหมูแดง (บะหมี่แห้ง)
	2.น้ำซุปร	2.น้ำซุปร	2.น้ำซุปร
	3.ข้าวโพดคั่วกลูเนย	3.ข้าวโพดคั่วกลูเนย	3.ข้าวโพดคั่วกลูเนย
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	ข้าวเหนียวไก่ซีอิ๊ว	ข้าวเหนียวไก่ซีอิ๊ว	ข้าวเหนียวไก่ซีอิ๊ว
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันพุธ 16 สิงหาคม 2566	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
	1.ข้าวหอมมะลิผสมข้าวไรซ์เบอร์รี่	1.ข้าวหอมมะลิผสมข้าวไรซ์เบอร์รี่	1.ข้าวหอมมะลิผสมข้าวไรซ์เบอร์รี่
	2.ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น	2.ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น	2.ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น
	3.ต้มจับฉ่ายหมู	3.ต้มจับฉ่ายหมู	3.ต้มจับฉ่ายหมู
	4.แตงโม	4.แตงโม	4.แตงโม
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล+นมรสจืด	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล+นมรสจืด	ขนมปังกรอบเนยน้ำตาล+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันพฤหัสบดี 17 สิงหาคม 2566	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
	1.สปาเกตตีคาโบนารา(แฮม+ไส้กรอก)	1.สปาเกตตีคาโบนารา(แฮม+ไส้กรอก)	1.สปาเกตตีคาโบนารา(แฮม+ไส้กรอก)
	2.องุ่น	2.องุ่น	2.องุ่น
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	ข้าวต้มไก่	ข้าวต้มไก่	ข้าวต้มไก่
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันศุกร์ 18 สิงหาคม 2566	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
	1.ข้าวผัดอเมริกัน (ไก่ทอด, ไข่ดาว)	1.ข้าวผัดอเมริกัน (ไก่ทอด, ไข่ดาว)	1.ข้าวผัดอเมริกัน (ไก่ทอด, ไข่ดาว)
	2.ซุปรไสผักกาดขาว	2.ซุปรไสผักกาดขาว	2.ซุปรไสผักกาดขาว
	3.แอปเปิ้ลแดง	3.แอปเปิ้ลแดง	3.แอปเปิ้ลแดง
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	ครัวซองต์แอมชีส+นมรสจืด	ครัวซองต์แอมชีส+นมรสจืด	ครัวซองต์แอมชีส+นมรสจืด

1. การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย
2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (สิงหาคม 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 21 สิงหาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.หมูขี้วัว (ผักเคียง: แดงกวาสด)	2.ลาบหมูใส่ตับ (ผักเคียง: แดงกวาสด)	2.ลาบหมูใส่ตับ (ผักเคียง: แดงกวาสด)
	3.แกงจืดไข่น้ำ	3.แกงจืดไข่น้ำ	3.แกงจืดไข่น้ำ
	4.แตงโม	4.แตงโม	4.แตงโม
	ว่างป่าย	ว่างป่าย	ว่างป่าย
	ขนมไข่+นมรสจืด	ขนมไข่+นมรสจืด	ขนมไข่+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันอังคาร 22 สิงหาคม 2566	1.สปาเกตตีซอสมะเขือเทศหมูสับ	1.สปาเกตตีซอสมะเขือเทศหมูสับ	1.สปาเกตตีซอสมะเขือเทศหมูสับ
	2.ขนมปังชีส	2.ขนมปังกระเทียม	2.ขนมปังกระเทียม
	ว่างป่าย	ว่างป่าย	ว่างป่าย
	ข้าวเหนียวหมูฝอย	ข้าวเหนียวหมูฝอย	ข้าวเหนียวหมูฝอย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพุธ 23 สิงหาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.หมูปั้นก้อนทอด	2.ผัดกะเพราหมูสับ+ไข่ดาว	2.ผัดกะเพราหมูสับ+ไข่ดาว
	3.แกงจืดผักสามสี	3.แกงจืดผักสามสี	3.แกงจืดผักสามสี
	4.องุ่น	4.องุ่น	4.องุ่น
	ว่างป่าย	ว่างป่าย	ว่างป่าย
	แยมโรล (วานิลลา) + นมรสจืด	แยมโรล (วานิลลา) + นมรสจืด	แยมโรล (วานิลลา) + นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 24 สิงหาคม 2566	1.บะหมี่ไก่อบ (ผักกวางตุ้งลวก)	1.บะหมี่ไก่อบ (ผักกวางตุ้งลวก)	1.บะหมี่ไก่อบ (ผักกวางตุ้งลวก)
	2.ซูบไส	2.ซูบไส	2.ซูบไส
	3.รวมมิตร	3.รวมมิตร	3.รวมมิตร
	ว่างป่าย	ว่างป่าย	ว่างป่าย
	เกี้ยวซ่า	เกี้ยวซ่า	เกี้ยวซ่า
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันศุกร์ 25 สิงหาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.ข้าวแกงกะหรี่ญี่ปุ่นปลาทอด	2.ข้าวแกงกะหรี่ญี่ปุ่นปลาทอด	2.ข้าวแกงกะหรี่ญี่ปุ่นปลาทอด
	3.ซูบสาหร่ายวากาเมะ	3.ซูบสาหร่ายวากาเมะ	3.ซูบสาหร่ายวากาเมะ
	4.สลัด	4.สลัด	4.สลัด
	ว่างป่าย	ว่างป่าย	ว่างป่าย
	ขนมปังสังขยา+นมรสจืด	ขนมปังสังขยา+นมรสจืด	ขนมปังสังขยา+นมรสจืด

1. การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย
2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (สิงหาคม 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 28 สิงหาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.ไก่ทอด+น้ำจิ้มไก่	2.ไก่ทอด+น้ำจิ้มไก่	2.ไก่ทอด+น้ำจิ้มไก่
	3.แกงจืดผักกาดขาว	3.แกงจืดผักกาดขาว	3.แกงจืดผักกาดขาว
	4.แคนตาลูป	4.แคนตาลูป	4.แคนตาลูป
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	แครกเกอร์+นมรสจืด	แครกเกอร์+นมรสจืด	แครกเกอร์+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันอังคาร 29 สิงหาคม 2566	1.ผัดผักกะโรนีไส้กรอก	1.ผัดผักกะโรนีไส้กรอก	1.ผัดผักกะโรนีไส้กรอก
	2.วุ้นกะทิ	2.วุ้นกะทิ	2.วุ้นกะทิ
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	โจ๊กหมู	โจ๊กหมู	โจ๊กหมู
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพุธ 30 สิงหาคม 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.ผัดไข่ใส่บวบหมูสับ	2.ผัดไข่ใส่บวบหมูสับ	2.ผัดไข่ใส่บวบหมูสับ
	3.หมูพะโล้	3.หมูพะโล้	3.หมูพะโล้
	4.ฝรั่ง	4.ฝรั่ง	4.ฝรั่ง
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	ทองม้วน+นมรสจืด	ทองม้วน+นมรสจืด	ทองม้วน+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 31 สิงหาคม 2566	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กน้ำไก่ตุ๋น	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กน้ำไก่ตุ๋น	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กน้ำไก่ตุ๋น
	2.สาकुเปียกกล้วยข้าวโพด	2.สาकुเปียกกล้วยข้าวโพด	2.สาकुเปียกกล้วยข้าวโพด
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย
	ขนมปังหมูหยองน้ำสลัด	ขนมปังหมูหยองน้ำสลัด	ขนมปังหมูหยองน้ำสลัด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	ว่างป่วย	ว่างป่วย	ว่างป่วย

1. การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย
2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน