

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (กันยายน 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 1-6
วันจันทร์			
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันอังคาร			
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันพุธ			
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันพฤหัสบดี			
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
วันศุกร์ 1 กันยายน 2566	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
	1.พิชซ่าซอสมะเขือเทศหมูสับ	1.พิชซ่าซอสมะเขือเทศหมูสับ	1.พิชซ่าซอสมะเขือเทศหมูสับ
	2.เฟรนช์ฟรายส์+ไก่ทอด	2.เฟรนช์ฟรายส์+ไก่ทอด	2.เฟรนช์ฟรายส์+ไก่ทอด
	3.องุ่น	3.องุ่น	3.องุ่น
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ชอฟคูกี้+นมรสจืด	ชอฟคูกี้+นมรสจืด	ชอฟคูกี้+นมรสจืด

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

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (กันยายน 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 4 กันยายน 2566	1.ข้าวสวยหุงนุ่ม	1.ข้าวสวยหุงนุ่ม	1.ข้าวสวยหุงนุ่ม
	2.ไข่เจียวทรงเครื่อง	2.ไข่เจียวทรงเครื่อง	2.ไข่เจียวทรงเครื่อง
	3.แกงจืดวุ้นเส้นไก่สับ	3.แกงจืดวุ้นเส้นไก่สับ	3.แกงจืดวุ้นเส้นไก่สับ
	4.มะละกอสุก	4.มะละกอสุก	4.มะละกอสุก
	ว่างป๋าย	ว่างป๋าย	ว่างป๋าย
	โดนัทแพนซี+นมรสจืด	โดนัทแพนซี+นมรสจืด	โดนัทแพนซี+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันอังคาร 5 กันยายน 2566	1.บะหมี่หยกน้ำลูกชิ้นหมูสับ	1.บะหมี่หยกน้ำลูกชิ้นหมูสับ	1.บะหมี่หยกน้ำลูกชิ้นหมูสับ
	2.วุ้นมะพร้าวอ่อน	2.วุ้นมะพร้าวอ่อน	2.วุ้นมะพร้าวอ่อน
	ว่างป๋าย	ว่างป๋าย	ว่างป๋าย
	ข้าวเหนียวไก่หวาน	ข้าวเหนียวไก่หวาน	ข้าวเหนียวไก่หวาน
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพุธ 6 กันยายน 2566	1.ข้าวสวยหุงนุ่ม	1.ข้าวสวยหุงนุ่ม	1.ข้าวสวยหุงนุ่ม
	2.ผัดบวบไก่สับ	2.ผัดบวบไก่สับ	2.ผัดบวบไก่สับ
	3.แกงจืดไข่น้ำหมูสับ	3.แกงจืดไข่น้ำหมูสับ	3.แกงจืดไข่น้ำหมูสับ
	4.แตงโม	4.แตงโม	4.แตงโม
	ว่างป๋าย	ว่างป๋าย	ว่างป๋าย
	เค้กโรลวานิลลา+นมรสจืด	เค้กโรลวานิลลา+นมรสจืด	เค้กโรลวานิลลา+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 7 กันยายน 2566	1.ราดหน้าหมี่กรอบหมู	1.ราดหน้าหมี่กรอบหมู	1.ราดหน้าหมี่กรอบหมู
	2.เฉาก๊วย	2.เฉาก๊วย	2.เฉาก๊วย
	ว่างป๋าย	ว่างป๋าย	ว่างป๋าย
	ไส้กรอกลวก	ไส้กรอกลวก	ไส้กรอกลวก
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันศุกร์ 8 กันยายน 2566	1.ข้าวสวยผสมข้าวไรซ์เบอร์รี่	1.ข้าวสวยผสมข้าวไรซ์เบอร์รี่	1.ข้าวสวยผสมข้าวไรซ์เบอร์รี่
	2.ไก่ย่างเกาหลี+ซุปรสขมร่ายเกาหลี	2.ไก่ย่างเกาหลี+ซุปรสขมร่ายเกาหลี	2.ไก่ย่างเกาหลี+ซุปรสขมร่ายเกาหลี
	3.แอปเปิ้ลแดง	3.แอปเปิ้ลแดง	3.แอปเปิ้ลแดง
	ว่างป๋าย	ว่างป๋าย	ว่างป๋าย
	คอร์นดอก+นมรสจืด	คอร์นดอก+นมรสจืด	คอร์นดอก+นมรสจืด

1. การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย

2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (กันยายน 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 11 กันยายน 2566	1.ข้าวสวยหุงนุ่ม	1.ข้าวสวยหุงนุ่ม	1.ข้าวสวยหุงนุ่ม
	2.แกงจืดเจ้าเงาะ	2.แกงส้มผักบุ้ง	2.แกงส้มผักบุ้ง
	3.ไข่เจียว+ปลาข้าวสารทอด	3.ไข่เจียว+ปลาเล็กปลาน้อยทอด	3.ไข่เจียว+ปลาเล็กปลาน้อยทอด
	4.ฝรั่ง	4.ฝรั่ง	4.ฝรั่ง
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ขนมตาล+นมรสจืด	ขนมตาล+นมรสจืด	ขนมตาล+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันอังคาร 12 กันยายน 2566	1.เกี๊ยวน้ำหมูแดง	1.เกี๊ยวน้ำหมูแดง	1.เกี๊ยวน้ำหมูแดง
	2.ตะโก้เผือก	2.ตะโก้เผือก	2.ตะโก้เผือก
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	โจ๊กไก่	โจ๊กไก่	โจ๊กไก่
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพุธ 13 กันยายน 2566	1.ข้าวสวยผสมข้าวกล้อง	1.ข้าวสวยผสมข้าวกล้อง	1.ข้าวสวยผสมข้าวกล้อง
	2.ผัดดอกกะหล่ำไก่สับ	2.ผัดดอกกะหล่ำไก่สับ	2.ผัดดอกกะหล่ำไก่สับ
	3.ไข่พะโล้	3.ไข่พะโล้	3.ไข่พะโล้
	4.แคนตาลูป	4.แคนตาลูป	4.แคนตาลูป
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	แอมคลร์+นมรสจืด	แอมคลร์+นมรสจืด	แอมคลร์+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 14 กันยายน 2566	1.ผัดหมีขั้วไก่+น้ำซุปลี	1.ผัดหมีขั้วไก่+น้ำซุปลี	1.ผัดหมีขั้วไก่+น้ำซุปลี
	2.สับปะรดลอยแก้ว	2.สับปะรดลอยแก้ว	2.สับปะรดลอยแก้ว
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ข้าวเหนียวหมูซีอิ๊ว	ข้าวเหนียวหมูซีอิ๊ว	ข้าวเหนียวหมูซีอิ๊ว
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันศุกร์ 15 กันยายน 2566	1.ข้าวผัดเบคอน+ไข่ดาว	1.ข้าวผัดเบคอน+ไข่ดาว	1.ข้าวผัดเบคอน+ไข่ดาว
	2.ซูปะกะหล่ำปลี	2.ซูปะกะหล่ำปลี	2.ซูปะกะหล่ำปลี
	3.แก้วมังกร	3.แก้วมังกร	3.แก้วมังกร
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ขนมปังหมูหยองน้ำสลัด+นมรสจืด	ขนมปังหมูหยองน้ำสลัด+นมรสจืด	ขนมปังหมูหยองน้ำสลัด+นมรสจืด

1. การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย
2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (กันยายน 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 18 กันยายน 2566	1.ข้าวสวยผสมข้าวไรซ์เบอร์รี่	1.ข้าวสวยผสมข้าวไรซ์เบอร์รี่	1.ข้าวสวยผสมข้าวไรซ์เบอร์รี่
	2.ผัดเห็ดชิเมจิไก่สับ	2.ผัดเห็ดชิเมจิไก่สับ	2.ผัดเห็ดชิเมจิไก่สับ
	3.แกงจืดเต้าหู้ไช้สาหร่าย	3.แกงจืดเจ้าเงาะ	3.แกงจืดเจ้าเงาะ
	4.กล้วยหอม	4.กล้วยหอม	4.กล้วยหอม
	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 19 กันยายน 2566	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กน้ำลูกชิ้นหมูตุ๋น	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กน้ำลูกชิ้นหมูตุ๋น	1.ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กน้ำลูกชิ้นหมูตุ๋น
	2.ทับทิมกรอบ	2.ทับทิมกรอบ	2.ทับทิมกรอบ
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	กล้วยซ่า	กล้วยซ่า	กล้วยซ่า
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพุธ 20 กันยายน 2566	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม	1.ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2.ไก่ทอดกระเทียม	2.ไก่ทอดกระเทียม	2.ไก่ทอดกระเทียม
	3.แกงจืดลูกรอกผักสามสี	3.แกงจืดลูกรอกผักสามสี	3.แกงจืดลูกรอกผักสามสี
	4.สาหร่าย	4.สาหร่าย	4.สาหร่าย
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ขนมปังไส้กรอก+นมรสจืด	ขนมปังไส้กรอก+นมรสจืด	ขนมปังไส้กรอก+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 21 กันยายน 2566	1.เส้นใหญ่ผัดซีอิ๊วไก่สับ+ซูปไส	1.เส้นใหญ่ผัดซีอิ๊วไก่สับ+ซูปไส	1.เส้นใหญ่ผัดซีอิ๊วไก่สับ+ซูปไส
	2.บัวลอยเผือก	2.บัวลอยเผือก	2.บัวลอยเผือก
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	น้ำเกี๊ยว	น้ำเกี๊ยว	น้ำเกี๊ยว
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันศุกร์ 22 กันยายน 2566	1.ข้าวหน้าหมูสโตล์ญี่ปุ่น+ไข่ต้ม	1.ข้าวหน้าหมูสโตล์ญี่ปุ่น+ไข่ต้ม	1.ข้าวหน้าหมูสโตล์ญี่ปุ่น+ไข่ต้ม
	2.ซูปมิโอะ	2.ซูปมิโอะ	2.ซูปมิโอะ
	3.องุ่นแดง	3.องุ่นแดง	3.องุ่นแดง
	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย	ว่างบ่าย
	ขนมโตเกียว+นมรสจืด	ขนมโตเกียว+นมรสจืด	ขนมโตเกียว+นมรสจืด

1. การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย
2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน

รายการอาหารกลางวันและอาหารว่าง โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ (กันยายน 2566)

วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันจันทร์ 25 กันยายน 2566	1. ข้าวหน้าไก่ตุ๋นเห็ดหอม	1. ข้าวหน้าไก่ตุ๋นเห็ดหอม	1. ข้าวหน้าไก่ตุ๋นเห็ดหอม
	2. ซุปใสกะหล่ำปลี	2. ซุปใสกะหล่ำปลี	2. ซุปใสกะหล่ำปลี
	3. วุ้นสามสี	3. วุ้นสามสี	3. วุ้นสามสี
	ว่างปาย	ว่างปาย	ว่างปาย
	มินิซาลาเปาไส้ครีม+นมรสจืด	มินิซาลาเปาไส้ครีม+นมรสจืด	ซาลาเปาไส้ครีม+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันอังคาร 26 กันยายน 2566	1. ราเมนหมู+ไข่ต้ม	1. ราเมนหมู+ไข่ต้ม	1. ราเมนหมู+ไข่ต้ม
	2. ผักรัง	2. ผักรัง	2. ผักรัง
	ว่างปาย	ว่างปาย	ว่างปาย
	ขนมใส่ไส้+น้ำอัญชัน	ขนมใส่ไส้+น้ำอัญชัน	ขนมใส่ไส้+น้ำอัญชัน
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพุธ 27 กันยายน 2566	1. ข้าวสวยหุงนิ่ม	1. ข้าวสวยหุงนิ่ม	1. ข้าวสวยหุงนิ่ม
	2. ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น	2. ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น	2. ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น
	3. แองจิตผักสามสี	3. แองจิตผักสามสี	3. แองจิตผักสามสี
	4. แคนตาลูป	4. แคนตาลูป	4. แคนตาลูป
	ว่างปาย	ว่างปาย	ว่างปาย
	เค้กช็อกโกแลตหน้านิ่ม+นมรสจืด	เค้กช็อกโกแลตหน้านิ่ม+นมรสจืด	เค้กช็อกโกแลตหน้านิ่ม+นมรสจืด
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)	นมรสจืด (เช้า)
วันพฤหัสบดี 28 กันยายน 2566	1. พูชิลีคาโบนาร่า (แฮม+ไส้กรอก)	1. พูชิลีคาโบนาร่า (แฮม+ไส้กรอก)	1. พูชิลีคาโบนาร่า (แฮม+ไส้กรอก)
	2. พรุตสลัด	2. พรุตสลัด	2. พรุตสลัด
	ว่างปาย	ว่างปาย	ว่างปาย
	ข้าวโพดคั่วคูกเนย	ข้าวโพดคั่วคูกเนย	ข้าวโพดคั่วคูกเนย
วันที่บริการอาหาร	บ้านหนูน้อย/บ้านสาธิต	อนุบาล 1-3	ประถมศึกษา 4-6
	ว่างปาย	ว่างปาย	ว่างปาย

1. การกำหนดรายการอาหารและสัดส่วนอาหารจะถูกกำหนดตามความต้องการพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละช่วงวัย
2. รายการอาหารอาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
3. สำหรับนักเรียนที่แพ้อาหาร จะมีการจัดอาหารให้เหมาะสมกับลักษณะการแพ้อาหารของนักเรียน