



สิงหาคม - กันยายน 2569

หน้า
1 / 4



จันทร์ 31

อังคาร 1

พุธ 2

พฤหัสบดี 3

ศุกร์ 4



คุกกี้
ข้าวโอ๊ต

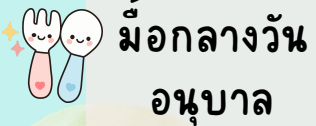
มันต้ม

ขนมกล้วย

ขนมปัง
มันเทศสีม่วง

กล้วยน้ำว้า

NEW



ข้าวออร์แกนิก
คัตสึปลา
ซุปรมิโซะ
ฝรั่ง

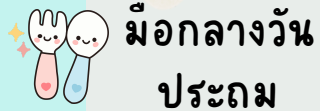
ข้าวออร์แกนิก
ซุปรหมอบดใส่มันฝรั่ง
มะละกอ

ข้าวหมูแดง
ซุปรผัก
แอปเปิล

ข้าวออร์แกนิก
แกงจืดวุ้นเส้น
ใส่มหอบด
สาหร่าย

ข้าวต้ม
ไข่เจียว
ใส่มะเขือเทศ
แคนตาลูป

NEW



ข้าวออร์แกนิก
คัตสึปลา
ซุปรมิโซะ
ฝรั่ง

ข้าวออร์แกนิก
ซุปรหมอบดใส่มันฝรั่ง
ผัดผักคะน้าน้ำมันหอย
มะละกอ

ข้าวหมูแดง
ซุปรผัก
แอปเปิล

ข้าวออร์แกนิก
ลาบไก่
แกงจืดวุ้นเส้นหมอบด
ลองกอง

เส้นหมี่ผัดผักบุ้งใส่
เต้าหู้ (ไม่พริก)
ผักตุนเห็ดหอม
ข้าวเหนียว
ถั่วดำน้ำกะทิ



ถั่วแดง
ต้มน้ำตาล

ครองแครง
น้ำกะทิ

ข้าหรื้ม

แมงลัก
น้ำเชื่อมใบเตย

ข้าวเหนียว
ถั่วดำน้ำกะทิ

นักเรียนที่แพ้อาหาร
กรุณาเตรียมอาหาร
มาจกบ้านนะคะ



กันยายน 2569

หน้า
2 / 4

วันพระ

ศุกร์ 11



จันทร์ 7

อังคาร 8

พุธ 9

พฤหัสบดี 10



มินิเรซิ่น
เดนิช

กล้วยไข่



ขนมตาล



ซาลาเปา
ไส้ครีมคัสตาร์ด

ฟักทองนึ่ง



มือกลางวัน
อนุบาล

ข้าวคลุก แกงจืด
ปลา : กวางตุ้ง
ทอด : ไส้หมูปอด
ชมพู่

ข้าวผัดหมูปอด
ซุปลวก
สาลี่

ผัดหมีข้าว
หมูปอด
แอปเปิ้ล

ข้าวออร์แกนิก
ซุสไข่คนกระเทียม
ไก่สับ
ชมพู่

ข้าวต้ม
ไข่เจียว
ไส้มะเขือเทศ
แก้วมังกร



มือกลางวัน
ประถม

ข้าวออร์แกนิก
ปลาทอด : แกงจืด
น้ำปลา : กวางตุ้ง
แอปเปิ้ล : ไส้หมูปอด

ข้าวผัดหมู
โบราณ
ซุสเปรี้ยว
สาลี่

ผัดหมีข้าว
หมูปอด
ฟักทองแกงบวด

ข้าวหน้าไก่
กุนเชียงทอด
ชมพู่

ข้าวออร์แกนิก
ไข่เจียว : แกงจืด
ไส้มะเขือเทศ : ผักกาดขาว
ไส้เต้าหู้ไข่

ลองกอง

นักเรียนที่แพ้อาหาร
กรุณาเตรียมอาหาร
มาจากบ้านนะคะ



ช่องว่าง
บ่าย
อนุบาล

วัน
มะพร้าวอ่อน

ลอดช่อง
น้ำกะทิ

ฟักทอง
แกงบวด

ทับทิมกรอบ
น้ำเชื่อม

ข้าวโพด
คลุกน้ำตาล



กันยายน 2569

หน้า
3 / 4

จันทร์ 14



ช่องว่าง
เช้า



เค้ก
กล้วยหอม

อังคาร 15



กล้วยน้ำว้า

พุธ 16



ขนมใส่ไส้

พฤหัสบดี 17



แยมโรล
วนิลา

ศุกร์ 18



ข้าวโพดต้ม



มือกลางวัน
อนุบาล

บะหมี่น้ำ
ลูกชิ้นปลา
ใส่ผักกะหล่ำปลี
แก้วมังกร

NEW

ข้าวออร์แกนิก
ไก่ : ซุปมิโสะ
คาราเกะ : ฝรั่ง

สปาเก็ตตี้
ซอสหมู
ลัม

ข้าวออร์แกนิก
แกงจืดหัวไชเท้า
ใส่เห็ด
แคนตาลูป

ข้าวออร์แกนิก
ไข่พะโล้
แอปเปิล



มือกลางวัน
ประถม

บะหมี่น้ำหมูบด
ลูกชิ้นปลา
ใส่ผักกะหล่ำปลี
มันแกงบวด

NEW

ข้าวออร์แกนิก
ไก่ : ซุปมิโสะ
คาราเกะ : แตงโม

สปาเก็ตตี้
ซอสหมู
ลัม

ข้าวออร์แกนิก
หมูทอด : แกงจืด
กระเทียม : หัวไชเท้า
พริกไทย : ใส่เห็ด
แคนตาลูป

ข้าวออร์แกนิก
ไข่พะโล้ใส่เต้าหู้
ผัดผักบุ้งน้ำมันหอย
ลองกอง

นักเรียนที่แพ้อาหาร
กรุณาเตรียมอาหาร
มาจากบ้านนะคะ

ช่องว่าง
บ่าย
อนุบาล

มัน
แกงบวด

วัน
น้ำเชื่อมใบเตย

ข้าวเหนียว
เปียกเผือก

ถั่วแดง
ต้มน้ำตาล

ชาहरิม



กันยายน 2569

หน้า
4 / 4

เรียนรู้
วันสุดท้าย

จันทร์ 21

อังคาร 22

พุธ 23

พฤหัสบดี 24

ศุกร์ 25



ช่องว่าง
เช้า



วอฟเฟิล,
สตอเบอร์รี่

มันต้ม



ข้าวต้มมัด



มือกลางวัน
อนุบาล

ข้าวออร์แกนิก
ปลาชุบ ชุปไก่
เกล็ด ใส่
ขนมปัง มันฝรั่ง
ทอด สาลี่

เส้นหมี่
ราดหน้าหมูบด
มะละกอ



ข้าวเหนียว
ไก่ทอด, ส้มตำ
แก้วมังกร



มือกลางวัน
ประถม

ข้าวออร์แกนิก
ปลาชุบ ชุปไก่
เกล็ด ใส่
ขนมปัง มันฝรั่ง
ทอด สาลี่

เส้นหมี่
ราดหน้าหมู่มูม
แก้วมังกร



ข้าวเหนียว
ไก่ทอด, ส้มตำ
เงาะก้วย

นักเรียนที่แพ้อาหาร
กรุณาเตรียมอาหาร
มาจากบ้านนะคะ

ช่องว่าง
บ่าย

อนุบาล

ถั่วเขียว
ต้มน้ำตาล

เต้าส่วน

เงาะก้วย
น้ำเชื่อม