

รายการอาหารกลางวัน ศพด.บ้านควนฮาย แนนเอกสารราคาจ้างเลขที่ 12/2558  
ชุดที่ 1

| วัน      | มื้อกลางวัน  |
|----------|--|
| จันทร์   | 1. ข้าว<br>2. ต้มยำไก่<br>3. หมูทอดทอดกระเทียม             |
| อังคาร   | 1. ข้าว<br>2. ผัดกะหล่ำปลี + ไข่<br>3. ไข่ลูกเขย           |
| พุธ      | 1. ผัดซีอิ้ว<br>2. ทับทิมในน้ำเชื่อม<br>3. แดงโม           |
| พฤหัสบดี | 1. ข้าวผัดรวมมิตร<br>2. วุ้นดำน้ำเชื่อม                    |
| ศุกร์    | 1. ข้าว<br>2. ผัดแตงกวาหมูสับ<br>3. แดงโมง<br>4. ไข่ลูกเขย |

อาหารสำหรับเด็กก่อนวัยเรียน  
พลังงาน 400 – 500 กิโลแคลอรี/มื้อ

รายการอาหารกลางวัน ศพด.บ้านควนฮาย แนนเอกสารราคาจ้างเลขที่ 12/2558  
ชุดที่ 2

| วัน      | มื้อกลางวัน  |
|----------|--|
| จันทร์   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ข้าว</li> <li>2. ปีกไก่บนทอด</li> <li>3. ผัดผักกวางตุ้ง</li> <li>4. สับปะรด</li> </ol> |
| อังคาร   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ข้าว</li> <li>2. ยำ ไช้ต้ม</li> <li>3. ต้มกระดูกหมู</li> <li>4. ส้ม</li> </ol>         |
| พุธ      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผัดซีอิ้ว</li> <li>2. ปลาต้มเต้าเจี้ยว</li> <li>3. ผัดผักรวมหมูสับ</li> </ol>          |
| พฤหัสบดี | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ข้าว</li> <li>2. ปลาทอด</li> <li>3. ไก่ต้มพริกแห้งหอม</li> </ol>                       |
| ศุกร์    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ข้าว</li> <li>2. หมูทอดกระเทียม</li> <li>3. ไก่ต้มพริกแห้งหอม</li> </ol>               |

อาหารสำหรับเด็กก่อนวัยเรียน  
พลังงาน 400 – 500 กิโลแคลอรี/มื้อ

รายการอาหารกลางวัน ศพด.บ้านควนฮาย แรบเอกสารราคาจ้างเลขที่ 12/2558  
ชุดที่ 3

| วัน      | มื้อกลางวัน  |
|----------|--|
| จันทร์   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ข้าว</li> <li>2. แงบจืดกะหล่ำปลีห่อหมู</li> <li>3. ปลาสามรส</li> </ol>   |
| อังคาร   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ข้าว</li> <li>2. ไก่ผัดซีอิ้ว</li> <li>3. แงบจืดเต้าหู้หมูสับ</li> </ol> |
| พุธ      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ข้าว</li> <li>2. ต้มฟักไก่</li> <li>3. ไช้เจียวหมูสับ</li> </ol>         |
| พฤหัสบดี | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ข้าวต้ม</li> <li>2. ไก่ผัดขิง</li> <li>3. แงบเลียงผักรวม</li> </ol>      |
| ศุกร์    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ข้าว</li> <li>2. ปีกไก่บนทอด</li> <li>3. ผัดผักกวางตุ้ง</li> </ol>       |

อาหารสำหรับเด็กก่อนวัยเรียน  
พลังงาน 400 – 500 กิโลแคลอรี/มื้อ