



ประกาศราคากลางเทศบาลเมืองเขารูปช้าง

เรื่อง ประกาศราคากลางโครงการจ้างเหมาประกอบอาหารกลางวันของโรงเรียนเทศบาล ๑ (บ้านเขาแก้ว)
ภาคเรียนที่ ๒/๒๕๖๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๒ จำนวน ๑๐๐ วันทำการ

ด้วยโรงเรียนเทศบาล ๑ (บ้านเขาแก้ว) มีความประสงค์จะดำเนินการโครงการจ้างเหมาประกอบอาหารกลางวันของโรงเรียนเทศบาล ๑ (บ้านเขาแก้ว) ภาคเรียนที่ ๒/๒๕๖๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๒ จำนวน ๑๐๐ วันทำการ ของโรงเรียนเทศบาล ๑ (บ้านเขาแก้ว) ตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา วงเงินงบประมาณตั้งไว้ ๑,๐๘๖,๐๐๐.-บาท (-หนึ่งล้านแปดหมื่นหกพันบาทถ้วน-)

ราคากลาง ณ วันที่ ๒๕ กันยายน ๒๕๖๒ เป็นเงิน ๑,๐๘๖,๐๐๐.-บาท (-หนึ่งล้านแปดหมื่นหกพันบาทถ้วน-) ซึ่งเทศบาลเมืองเขารูปช้างได้ผ่านความเห็นชอบ จากคณะกรรมการกำหนดราคากลาง ที่ลงชื่อในแนบท้ายประกาศฉบับนี้แล้ว ผู้ใดจะคัดค้านราคากลาง โครงการดังกล่าวข้างต้น ให้ยื่นเรื่องคัดค้าน ภายใน ๗ วันทำการ ตั้งแต่วันที่ ๒๗ กันยายน ๒๕๖๒ ถึงวันที่ ๓ ตุลาคม ๒๕๖๒ หากพ้นกำหนดไม่มีผู้ใดคัดค้าน เทศบาลเมืองเขารูปช้างจะใช้ราคากลางนี้ประกาศจัดซื้อจัดจ้าง ต่อไป

ประกาศให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๒๗ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๒

(นายพิทักษ์ สุวรรณโณ)

รองนายกเทศมนตรี รักษาการแทน

นายกเทศมนตรีเมืองเขารูปช้าง

ตารางแสดงวงเงินงบประมาณที่ได้รับจัดสรรและราคากลางมิใช่งานก่อสร้าง

๑. ชื่อโครงการ จ้างเหมาประกอบอาหารกลางวันให้กับโรงเรียนเทศบาล ๑ (บ้านเขาแก้ว) ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๒ ของโรงเรียนเทศบาล ๑ (บ้านเขาแก้ว) ตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา
/ หน่วยงานเจ้าของโครงการ โรงเรียนเทศบาล ๑ (บ้านเขาแก้ว)
๒. วงเงินงบประมาณที่ได้รับสรร ๑,๐๘๖,๐๐๐.- บาท (-หนึ่งล้านแปดหมื่นหกพันบาทถ้วน-)
๓. ราคากลางคำนวณ ณ วันที่ ๒๕ กันยายน ๒๕๖๒ เป็นเงิน ๑,๐๘๖,๐๐๐.-บาท (-หนึ่งล้านแปดหมื่นหกพันบาทถ้วน-)
๔. แหล่งที่มาของราคากลาง (ราคาอ้างอิง)
 - ๔.๑ คณะกรรมการกำหนดราคากลาง (หนังสือด่วนที่สุด มท.๐๘๑๖.๒/ว.๒๕๕๘)
 - ๔.๒
 - ๔.๓
๕. รายชื่อคณะกรรมการกำหนดราคากลาง
 ๑. นางสาวพิชามณูษ์ ทศน์ทอง รักษาการผู้อำนวยการโรงเรียนเทศบาล ๑ ฯ ประธานกรรมการ
 ๒. นางฐิติมา แสงจันทร์ ครู คศ. ๒ กรรมการ
 ๓. นางพรพันธ์ อ่องสกุล ครู คศ. ๑ กรรมการ

(ลงชื่อ).....ประธานกรรมการ

(นางสาวพิชามณูษ์ ทศน์ทอง)

รักษาการผู้อำนวยการโรงเรียนเทศบาล ๑ ฯ

(ลงชื่อ).....ประธานกรรมการ

(นางฐิติมา แสงจันทร์)

ครู คศ. ๒

(ลงชื่อ).....ประธานกรรมการ

(นางพรพันธ์ อ่องสกุล)

ครู คศ. ๑

โรงเรียนเทศบาล ๑ บ้านเขาแก้ว
ปีการศึกษาที่ ๒ / ๒๕๖๒ รายการอาหารกลางวัน ชั้นอนุบาล
เดือน พฤศจิกายน ๒๕๖๒

สัปดาห์ที่ ๑			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑-พ.ย.- ๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - บล็อกโคลี่ ผัดเห็ดหอมสด - ไข่พะโล้ - ผลไม้	ข้าวสาร บล็อกโคลี่ เห็ดหอม ไข่ไก่/ ไข่เบ็ด/ไข่นกกระทา เครื่องพะโล้ ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๒			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๔-พ.ย.- ๖๒	จันทร์	- ข้าวผัดกุ้งเชียง - ซุปไก่สับฟักเขียว - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่ ไข่ไก่ แครอท เห็ดหอม หอมใหญ่ หั่นเป็นลูกเต๋า ไก่สับปั่นก้อน ฟักเขียว ผลไม้ตามฤดูกาล
๕-พ.ย.- ๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - กะหล่ำปลีผัดไข่ - ต้มยำรวมมิตร - ผลไม้	ข้าวสวย กะหล่ำปลี ไข่ ไก่/กุ้ง/ปลาหมึก เครื่องต้มยำ ผลไม้ตามฤดูกาล
๖-พ.ย.- ๖๒	พุธ	- เย็นตาโฟ - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ ไก่ ไข่ไก่ ลูกชิ้น ต่างๆ เครื่องเย็นตาโฟ ผลไม้ตามฤดูกาล
๗-พ.ย.- ๖๒	พฤหัสบดี	- ข้าวผัดกุ้ง ไข่ แดงกวา - แกงจืดตำลึงเต้าหู้ - ผลไม้	กุ้ง ไข่ไก่ แดงกวา แครอท มะเขือเทศ เครื่องปรุงรส ตำลึง เต้าหู้ ต้นหอม เต้าหู้หลอด ผลไม้ตามฤดูกาล
๘-พ.ย.- ๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - ทอดมัน แกงจืดวุ้นเส้นผักกาดขาว - ไก่สับ - ผลไม้	ทอดมันปลา วุ้นเส้น ไก่ ผักกาดขาว ต้นหอม แครอท กระเทียมเจียว ไข่ฝอย ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๒			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๙-ธ.ค.-๖๒	จันทร์	- ข้าวสวย - บล็อกโคลี่ ผัดเห็ดหอมสด - ไข่พะโล้ - ผลไม้	ข้าวสาร บล็อกโคลี่ เห็ดหอม ไข่ไก่/ไข่เป็ด/ไข่นกกระทา เครื่องพะโล้ ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๑-ธ.ค.-๖๒	พุธ	- มักกะโรนีน้ำไก่สับ - ผลไม้	มักกะโรนี มันฝรั่ง แครอท มะเขือเทศ หอมใหญ่ ไข่ไก่ ต้นหอม/ขึ้นฉ่าย หั่น เป็นลูกเต๋า ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๒-ธ.ค.-๖๒	พฤหัสบดี	- ผัดซีอิ้ว - น้ำซุป - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยว ผักคะน้า ไข่ไก่ ไก่/หมู ลูกชิ้น ผักเขียว ไข่สับปั้นก้อน ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๓-ธ.ค.-๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง - กุ้งต้มพริก - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่เป็ด/ไข่ไก่ มะเขือเทศ แครอท ผักอื่นๆ กุ้ง ฟักเขียว พริกไทย(เล็กน้อย) กะปิ ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๓			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๑-พ.ย.- ๖๒	จันทร์	- ก๋วยเตี๋ยวไก่ เส้นเล็ก ลูกชิ้น ปูอัด - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยว เส้นเล็ก ไก่ ลูกชิ้น ปูอัด ผักชี ต้นหอม หัวไชเท้า เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๒-พ.ย.- ๖๒	อังคาร	-ข้าวสวย -แกงเลียงผักรวม -ปลาทอด -ผลไม้	ฟักทอง เห็ดนางฟ้า ฟักเขียว ปลา เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๓-พ.ย.- ๖๒	พุธ	- ข้าวผัดอเมริกัน +ไข่ดาว - ปีกไก่บนทอด - ซุปกระดุกไก่ฟักผักเขียว - ผลไม้	ข้าวสาร ลูกเกด ถั่วลันเตา หอมใหญ่ มะเขือเทศ เนื้อไก่ ไข่ไก่ ปีกไก่บน เครื่องปรุงรส กระดุกไก่ ผักเขียว เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๔-พ.ย.- ๖๒	พฤหัสบดี	-ราดหน้ารวมมิตร -ผลไม้	กุ้ง / ปลาหมึก ไข่ เส้นก๋วยเตี๋ยว กะหล่ำปลี แครอท ข้าวโพดอ่อน เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๕ -พ.ย.- ๖๒	ศุกร์	-ข้าวสวย กุ้งหวาน -แกงจืดวุ้นเส้นตำลึงไก่สับ -ผลไม้	กุ้ง วุ้นเส้นไก่ ต้นหอม กระเทียมเจียว ตำลึง เต้าหู้หลอด ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๓			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๖-ธ.ค.-๖๒	จันทร์	- ข้าวผัดกุ้งเชียง - ซุปไก่สับฟักเขียว - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่ ไข่ไก่ แครอท เห็ดหอม หอมใหญ่ หั่นเป็นลูกเต๋า ไก่สับปั่นก้อน ฟักเขียว ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๗-ธ.ค.-๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - กะหล่ำปลีผัดไข่ - ต้มยำรวมมิตร - ผลไม้	ข้าวสวย กะหล่ำปลี ไข่ไก่/กุ้ง/ปลาหมึก เครื่องต้มยำ ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๘-ธ.ค.-๖๒	พุธ	- เย็นตาโฟ - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ ไก่ ไข่ไก่ ลูกชิ้น ต่างๆ เครื่องเย็นตาโฟ ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๙-ธ.ค.-๖๒	พฤหัสบดี	- ข้าวผัดกุ้ง ไข่ แดงกวา - แกงจืดตำลึงเต้าหู้ - ผลไม้	กุ้ง ไข่ไก่ แดงกวา แครอท มะเขือเทศ เครื่องปรุงรส ตำลึง เต้าหู้ ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๐-ธ.ค.-๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - ทอดมัน แกงจืดวุ้นเส้นผักกาดขาว - ไก่สับ - ผลไม้	ทอดมันปลา วุ้นเส้น ไก่ ผักกาดขาว ต้นหอม แครอท กระเทียมเจียว เต้าหู้หลอด ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๔			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๘-พ.ย.- ๖๒	จันทร์	- ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตร - ไข่เจียวทรงเครื่อง - ผลไม้	ไก่ ไก่สับ ไข่ไก่ ต้นหอม เครื่องปรุงรสด้ม ยำ ข้าว ตะไคร้ หอมใหญ่ มะเขือเทศ แครอท ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๙-พ.ย.- ๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - ผัดเปรี้ยวหวานรวมมิตร - ไก่หวาน - ผลไม้	ไก่ หมีก สับปรด แดงกวา หอม ใหญ่ ต้นหอมผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๐-พ.ย.- ๖๒	พุธ	- ข้าวไก่กรอบ - ซุปไก่สับ พักเขียว เห็ดหอม - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่ ไข่ไก่ คะน้า แดงกวา พักเขียว เห็ดหอม ไก่สับปั้นก้อน เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๑-พ.ย.- ๖๒	พฤหัสบดี	- ราดหน้าหมีเหลืองหมู/ไก่ - ลูกชิ้น ปูอัด - ผลไม้	เส้นหมีเหลือง ไก่/หมู ลูกชิ้น แครอท ผักคะน้า เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๒-พ.ย.- ๖๒	ศุกร์	- ข้าวผัดรวมมิตร - น้ำซุปลวกดำลึงกุ้ง - ทอดมัน - ผลไม้	กุ้ง ปลา หมีก ไข่ ต้นหอม ผักชี แครอท ตำลึง แดงกวา เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๕			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๕-พ.ย.- ๖๒	จันทร์	- บะหมี่น้ำลูกชิ้นไก่สับ - ผลไม้	บะหมี่ตัดสั้น ไก่สับ ลูกชิ้น ผักกวางตุ้ง ถั่วงอก กระเทียมเจียว ผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๖-พ.ย.- ๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - ไก่ต้มขมิ้น - ผัดถั้วฝักยาวใส่ปลาหมึก/กุ้ง/ไก่ - ผลไม้	ไก่ กุ้ง ไก่ ขมิ้น ตะไคร้ กระเทียม ถั้วฝักยาว ปลาหมึก ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๗-พ.ย.- ๖๒	พุธ	- ข้าวมันไก่ น้ำจิ้ม แตงกวา - แกงจืดผักกาดขาวลูกชิ้นปลา - ผลไม้	ไก่ แตงกวา ผักกาดขาว ลูกชิ้นปลา แครอท ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๘-พ.ย.- ๖๒	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง - กุ้งต้มพริก - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่เป็ด/ไข่ไก่ มะเขือเทศ แครอท ผักอื่นๆ กุ้ง พริกเขียว พริกไทย(เล็กน้อย) กะปิ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๙-พ.ย.- ๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - พักทองผัดไข่ - ปีกไก่บนต้มส้มแซก - ผลไม้	ข้าวสาร พักทอง ไข่ กระเทียม ปีกไก่บน ส้มแซก ผลไม้ตามฤดูกาล

หมายเหตุ

๑. ผลไม้ตามฤดูกาล เช่น ชมพู ฝรั่ง ส้มแป้น แตงโม กล้วยหอม กล้วยไข่ มะละกอ เงาะ มะม่วง ละมุด องุ่น
๒. อาหารที่มีรสเผ็ด ให้ใส่ส่วนผสมที่เป็นพริกน้อยที่สุด หรือไม่ใส่เลย ให้เหมาะกับวัยผู้บริโภค
๓. รายการอาหาร สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ตามความเหมาะสม

โรงเรียนเทศบาล ๑ บ้านเขาแก้ว
ปีการศึกษาที่ ๒ / ๒๕๖๒ รายการอาหารกลางวัน ชั้นอนุบาล
เดือน ธันวาคม ๒๕๖๒

สัปดาห์ที่ ๑			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒-ธ.ค.-๖๒	จันทร์	- ข้าวสวย - ผัดถั่วงอกดับไก่ลูกชิ้น - ปลาต้มซีอิ๊ว - ผลไม้	ถั่วงอก ดับไก่ ลูกชิ้น ต้นหอม ปลา ซีอิ๊ว กระเทียม ต้นหอม เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๓-ธ.ค.-๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - ไก่ทอดกระเทียมพริกไทย - ผัดกะหล่ำปลีใส่กุ้ง ไข่ไก่ - ผลไม้	ไก่ กระเทียม พริกไทย กะหล่ำปลี กุ้ง เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๔-ธ.ค.-๖๒	พุธ	- สุกี้รวมมิตร - ผลไม้	วุ้นเส้น กุ้ง หมัก ไก่สับ ไข่ไก่ ถั่วงอก ลูกชิ้นต่างๆ ผักกวางตุ้ง น้ำสุกี้ ผลไม้ตามฤดูกาล
๖-ธ.ค.-๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - ผัดผักรวมมิตร - ไก่ทอด - ผลไม้	ผักรวมต่างๆเช่น แครอท ผักกาดขาว เครื่องหมัก ไก่ ไข่นกกระทา ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๔			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๓-ธ.ค.-๖๒	จันทร์	- ก๋วยเตี๋ยวไก่ เส้นเล็ก ลูกชิ้น ปูอัด - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยว เส้นเล็ก ไก่ ลูกชิ้น ปูอัด ผักชี ต้นหอม หัวไชเท้า เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๔-ธ.ค.-๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - แกงเลียงผักรวม - ปลาทอด - ผลไม้	ผักทอง เห็ดนางฟ้า ผักชีลาว ปลา เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๕-ธ.ค.-๖๒	พุธ	- ข้าวผัดอเมริกัน + ไข่ดาว - ปีกไก่บนทอด - ซุปกระดุกไก่ผักผักเขียว - ผลไม้	ข้าวสาร ลูกเกด ถั่วลันเตา หอมใหญ่ มะเขือเทศ เนื้อไก่ ไข่ไก่ ปีกไก่บน เครื่องปรุงรส กระดุกไก่ ผักเขียว เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๖-ธ.ค.-๖๒	พฤหัสบดี	- ราดหน้าทะเล - ผลไม้	กุ้ง / ปลาหมึก ไข่ เส้นก๋วยเตี๋ยว กะหล่ำปลี แครอท ข้าวโพดอ่อน เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๗-ธ.ค.-๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย กุ้งหวาน - แกงจืดวุ้นเส้นตำลึงไก่สับ - ผลไม้	กุ้ง วุ้นเส้นไก่ ต้นหอม กระเทียมเจียว ตำลึง เต้าหู้หลอด ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๕			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๓๐-ธ.ค.-๖๒	จันทร์	- ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตร(ไม่เผ็ด) - ไข่เจียว - ผลไม้	ไก่/ ปลาหมึก/ กุ้ง ไข่ไก่ ต้นหอม เครื่องปรุงต้มยำ ข่า ตะไคร้ หอมใหญ่ มะเขือเทศ ผลไม้ตามฤดูกาล

หมายเหตุ

๑. ผลไม้ตามฤดูกาล เช่น ชมพู ฝรั่ง ส้มแป้น แตงโม กล้วยหอม กล้วยไข่ มะละกอ เงาะ มะม่วง ละมุด องุ่น
๒. อาหารที่มีรสเผ็ด ให้ใส่ส่วนผสมที่เป็นพริกน้อยที่สุด หรือไม่ใส่เลย ให้เหมาะกับวัยผู้บริโภค
๓. รายการอาหาร สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ตามความเหมาะสม

โรงเรียนเทศบาล ๑ บ้านเขาแก้ว
ปีการศึกษาที่ ๒ / ๒๕๖๒ รายการอาหารกลางวัน ชั้นอนุบาล
เดือน มกราคม ๒๕๖๓

สัปดาห์ที่ ๑			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒-ม.ค.-๖๓	จันทร์	- ราดหน้าหมีเหลืองหมู/ไก่ ลูกชิ้น ปูอัด - ผลไม้	เส้นหมีเหลือง ไข่ไก่ ไก่/หมู ลูกชิ้น แครอท ผักคะน้า เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๓-ม.ค.-๖๓	อังคาร	- ข้าวไก่กรอบ - ซุปไก่สับ ผักเขียว เห็ดหอม - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่ไก่ ไก่ คะน้า แดงกวา ผักเขียว เห็ดหอม ไก่สับปั่นก้อน เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๒			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๖-ม.ค.-๖๓	-จันทร์	-ข้าวผัดรวมมิตร -น้ำซุปลวกตำลึงกุ้ง -ทอดมัน -ผลไม้	กุ้ง ปลา หมึก ไข่ ต้นหอม ผักชี แครอท ตำลึง แตงกวา เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๗-ม.ค.-๖๓	อังคาร	- บะหมี่น้ำลูกชิ้นไก่สับ - ผลไม้	บะหมี่ตัดสั้น ไก่สับ ลูกชิ้น ผักกวางตุ้ง ถั่วงอก กระเทียมเจียว ผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล
๘-ม.ค.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย - ไก่ต้มขมิ้น - ผัดถั่วงอกใส่ปลาหมึก - ผลไม้	ไก่ ขมิ้น ตะไคร้ กระเทียม ถั่วงอกยาว ปลาหมึก ผลไม้ตามฤดูกาล
๙-ม.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวมันไก่ น้ำจิ้ม แตงกวา - แกงจืดผักกาดขาวลูกชิ้นปลา - ผลไม้	ไก่ แตงกวา ผักกาดขาว ลูกชิ้นปลา แครอท ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๐-ม.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - ฟักทองผัดไข่ - ปีกไก่อบต้มส้มแซก - ผลไม้	ข้าวสาร ฟักทอง ไข่ กระเทียม ปีกไก่อบ ส้มแซก ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๓			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๓-ม.ค.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - กระเพราไก่สับ - ไข่ดาว - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่สับ กระเพรา ไข่ไก่ เครื่องปรุงรส ไข่ไก่ ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๔-ม.ค.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ผัดถั่วงอกตับไก่ลูกชิ้น ตับไก่ - ปลาต้มซีอิ๊ว - ผลไม้	ถั่วงอก ตับไก่ ลูกชิ้น ตับไก่ ปลา ซีอิ๊ว กระเทียม ต้นหอม เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๕-ม.ค.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย - ไก่ทอดกระเทียมพริกไทย - ผัดกะหล่ำปลีใส่กุ้ง ไข่ไก่ - ผลไม้	ไก่ กระเทียม พริกไทย กะหล่ำปลี กุ้ง ไข่ไก่ เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๖-ม.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ผัดผักบุ้งกุ้งสับ - ไก่ทอด - ผลไม้	ผักบุ้ง ไก่ กุ้ง เครื่องหมัก ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๔			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๐-ม.ค.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - บล็อกโคลี่ ผัดเห็ดหอมสด - ไข่พะโล้ - ผลไม้	ข้าวสาร บล็อกโคลี่ เห็ดหอม ไก่ ไข่ไก่/ ไข่เป็ด/ไข่นกกระทา เครื่องพะโล้ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๑-ม.ค.-๖๓	อังคาร	- มักกะโรนีน้ำไก่สับ - ผลไม้	มักกะโรนี มันฝรั่ง แครอท มะเขือเทศ หอมใหญ่ ต้นหอม/ขึ้นฉ่าย หั่นเป็น ลูกเต๋า ไข่ไก่ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๒-ม.ค.-๖๓	พุธ	- ผัดซีอิ้ว - น้ำซุป - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยว ผักคะน้า ไข่ไก่ ไก่/หมู ลูกชิ้น ผักเขียว ไข่ไก่ ไก่สับปั้นก้อน ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๓-ม.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง - กุ้งต้มพริก - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่เป็ด/ไข่ไก่ มะเขือเทศ แครอท ผักอื่นๆ กุ้ง พริกเขียว พริกไทย(เล็กน้อย) กะปิ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๔-ม.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวผัดกุ้งเชียง - ซุปไก่สับผักเขียว - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่ไข่ไก่ แครอท เห็ดหอม หอม ใหญ่ หั่นเป็นลูกเต๋า ไก่สับปั้นก้อน พริก เขียว ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๕			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๗-ม.ค.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - กะหล่ำปลีผัดไข่ - ต้มยำรวมมิตร(ไม่เผ็ด) - ผลไม้	ข้าวสวย กะหล่ำปลี ไข่ ไก่/กุ้ง/ปลาหมึก เครื่องต้มยำ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๘-ม.ค.-๖๓	อังคาร	- เย็นตาโฟ - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ ไก่ ไข่ไก่ ลูกชิ้น ต่างๆ เครื่องเย็นตาโฟ ไข่ต้มยางมะตูม ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๙-ม.ค.-๖๓	พุธ	- ข้าวผัดกุ้ง ไข่ แดงกวา - แกงจืดตำลึงเต้าหู้ - ผลไม้	กุ้ง ไข่ไก่ แดงกวา แครอท มะเขือเทศ เครื่องปรุงรส ตำลึง เต้าหู้ ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล
๓๐-ม.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ทอดมัน แกงจืดวุ้นเส้นผักกาดขาว - ไก่สับ - ผลไม้	ทอดมันปลา วุ้นเส้น ไก่ ผักกาดขาว ต้นหอม แครอท กระเทียมเจียว เต้าหู้หลอด ผลไม้ตามฤดูกาล
๓๑-ม.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวผัดอเมริกัน + ไข่ดาว - ปีกไก่บนทอด - ซุปกระดูกไก่ฟักผักเขียว - ผลไม้	ข้าวสาร ลูกเกด ถั่วลันเตา หอมใหญ่ มะเขือเทศ เนื้อไก่ ไข่ไก่ ปีกไก่บน เครื่องปรุงรส กระดูกไก่ ผักเขียว เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล

หมายเหตุ

๑. ผลไม้ตามฤดูกาล เช่น ชมพู ฝรั่ง ส้มแป้น แดงโม กล้วยหอม กล้วยไข่ มะละกอ เงาะ มะม่วง ละมุด องุ่น
๒. อาหารที่มีรสเผ็ด ให้ใส่ส่วนผสมที่เป็นพริกน้อยที่สุด หรือไม่ใส่เลย ให้เหมาะกับวัยผู้บริโภค
๓. รายการอาหาร สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ตามความเหมาะสม

โรงเรียนเทศบาล ๑ บ้านเขาแก้ว
ปีการศึกษาที่ ๒ / ๒๕๖๓ รายการอาหารกลางวัน ชั้นอนุบาล
เดือน กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓

สัปดาห์ที่ ๑			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๓-ก.พ.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - ต้มยำไก่ - ไข่เจียว - ผลไม้	ไก่ ไข่ไก่ ต้นหอม เครื่องปรุงต้มยำ ข้าว ตะไคร้ หอมใหญ่ มะเขือเทศ ผลไม้ตามฤดูกาล
๔-ก.พ.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ผัดเปรี้ยวหวานกุ้งหมึก - ไก่หวาน - ผลไม้	ไก่ หมึก สับปะรด แตงกวา หอมใหญ่ ผลไม้ตามฤดูกาล
๕-ก.พ.-๖๓	พุธ	- ข้าวไก่กรอบ - ชุปไก่สับ ผักเขียว เห็ดหอม - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่ไก่ ไก่ กระดาษ แตงกวา ผักเขียว เห็ดหอม ไก่สับปั้นก้อน เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๖-ก.พ.-๖๓	พฤหัสบดี	- ราดหน้าหมูเห็ดหอม/ไก่ - ลูกชิ้น ปูอัด - ผลไม้	เส้นหมูเห็ดหอม ไข่ไก่ ไก่/หมู ลูกชิ้น แครอท ผักคะน้า เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๗-ก.พ.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวผัดรวมมิตร - น้ำชุบผัดตำลึงกุ้ง - ทอดมัน - ผลไม้	กุ้ง ปลา หมึก ไข่ ต้นหอม ผักชี แครอท ตำลึง แตงกวา เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๒			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๑-ก.พ.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ไข่ต้มขมิ้น - ผัดถั่วงอกใส่ปลาหมึก/กุ้ง/ไก่ - ผลไม้	ไข่ กุ้ง ไข่ต้ม ตะไคร้ กระเทียม ถั่วงอก ปลาหมึก ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๒-ก.พ.-๖๓	พุธ	- ข้าวมันไก่ น้ำจิ้ม แตงกวา - แกงจืดผักกาดขาวลูกชิ้นปลา - ผลไม้	ไข่ แตงกวา ผักกาดขาว ลูกชิ้นปลา แครอท เต้าหู้หลอด ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๓-ก.พ.-๖๓	พฤหัสบดี	- บะหมี่น้ำลูกชิ้นไก่สับ - ผลไม้	บะหมี่ตัดสั้น ไก่สับ ลูกชิ้น ผักกวางตุ้ง ถั่วงอก กระเทียมเจียว ผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๔-ก.พ.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - กระเพราไก่สับ - ไข่ดาว - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่สับ กระเพรา กระเทียม เครื่องปรุงรส ไข่ไก่ ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๓			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๗-ก.พ.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - ผัดถั่วงอกตับไก่ลูกชิ้น - ปลาต้มซีอิ๊ว - ผลไม้	ถั่วงอก ตับไก่ ลูกชิ้น ต้นหอม ปลา ซีอิ๊ว กระเทียม ต้นหอม เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๘-ก.พ.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ไก่ทอดกระเทียมพริกไทย - ผัดกะหล่ำปลีใส่กุ้ง ไข่ไก่ - ผลไม้	ไก่ กระเทียม พริกไทย กะหล่ำปลี กุ้ง เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๙-ก.พ.-๖๓	พุธ	- ราดหน้าหมูหั่นเล็องหมู/ไก่ - ลูกชิ้น บูอัด - ผลไม้	เส้นหมูหั่นเล็อง ไข่ไก่ ไก่/หมู ลูกชิ้น แคร รอต ผักคะน้า ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๐-ก.พ.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - แกงจืดกะหล่ำปลีหมู/ไก่ปั้นก้อน - ยำกุ้งเชียง - ผลไม้	ข้าวสาร กะหล่ำปลี หมู/ไก่ กุ้งเชียง แตงกวา มะนาว ต้นหอม ผักชี ไข่ไก่ ฝอย เต้าหู้หลอด ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๑-ก.พ.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - ไก่สามรส - แกงเลียงผักรวม - ผลไม้	ข้าวสาร เนื้อมากไก่ น้ำตาลปีบ เห็ดหอม ส้มแขก กุ้ง บวบ ผัก ตำลึง ผักอื่นๆ ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๔			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๔-ก.พ.-๖๓	จันทร์	- สุกี้รวมมิตร - ผลไม้	วุ้นเส้น กุ้ง หมึก ไก่สับ ไข่ไก่ ถั่วงอก ลูกชิ้นต่างๆ ผักกวางตุ้ง น้ำสุกี้ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๕-ก.พ.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ผัดผักกาดขาวแครอท - ไก่ทอด - ผลไม้	ไก่ ผักกาดขาว แครอท กุ้ง ไข่คนกระเทียม เครื่องหมัก ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๖-ก.พ.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย - บล็อกโคลี่ ผัดเห็ดหอมสด - ไข่พะโล้ - ผลไม้	ข้าวสาร บล็อกโคลี่ เห็ดหอม ไก่ ไข่ไก่/ ไข่เป็ด/ไข่คนกระเทียม เครื่องพะโล้ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๗-ก.พ.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - แกงเต้าหู้ตำลึง หมูสับ/ไก่สับ - ไก่ผัดหัวหอมและมะเขือเทศ - ผลไม้	ข้าวสาร หมูสับ/ไก่สับ ตำลึง ต้นหอม ขึ้นฉ่าย เครื่องปรุงรส ไก่/หมู หอมหัวใหญ่ มะเขือเทศ ผักชี ขมิ้นผง ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๘-ก.พ.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวกล้องผัดสามสี - น้ำซุ๊ป - ผลไม้	ข้าวกล้อง แครอท ต้นหอม ข้าวโพด หั่นลูกเต๋า กุนเชียง ไข่ไก่ เครื่องปรุง รส หัวไชเท้า ขึ้นฉ่าย เนื้อไก่ปั้นก้อน ผลไม้ตามฤดูกาล

หมายเหตุ

๑. ผลไม้ตามฤดูกาล เช่น ชมพู ฝรั่ง ส้มแป้น แตงโม กล้วยหอม กล้วยไข่ มะละกอ เงาะ มะม่วง ละมุด องุ่น
๒. อาหารที่มีรสเผ็ด ให้ใส่ส่วนผสมที่เป็นพริกน้อยที่สุด หรือไม่ใส่เลย ให้เหมาะกับวัยผู้บริโภค
๓. รายการอาหาร สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ตามความเหมาะสม

โรงเรียนเทศบาล ๑ บ้านเขาแก้ว
ปีการศึกษาที่ ๒ / ๒๕๖๓ รายการอาหารกลางวัน ชั้นอนุบาล
เดือน มีนาคม ๒๕๖๓

สัปดาห์ที่ ๑			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒-มี.ค.-๖๓	จันทร์	- มักกะโรนีน้ำไก่สับ - ผลไม้	มักกะโรนี มันฝรั่ง แครอท มะเขือเทศ หอมใหญ่ ต้นหอม/ขึ้นฉ่าย หั่นเป็น ไก่ ไข่ กุ้ง ไก่ ผลไม้ตามฤดูกาล
๓-มี.ค.-๖๓	อังคาร	- ผัดซีอิ้ว - น้ำซุ๊ป - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยว ผักคะน้า ไข่ไก่ ไก่/หมู ลูกชิ้น ผักเขียว ไก่สับปั่นก้อน ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล
๔-มี.ค.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย - ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง - กุ้งต้มพริก - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่เบ็ด/ไข่ไก่ มะเขือเทศ แครอท ผักอื่นๆ กุ้ง พริกเขียว พริกไทย(เล็กน้อย) กะปิ ผลไม้ตามฤดูกาล
๕-มี.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวผัดกุ้งเชียง - ซุปไก่สับผักเขียว - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่ แครอท เห็ดหอม หอมใหญ่ หั่นเป็นลูกเต๋า ไก่สับปั่นก้อน พริกเขียว ผลไม้ตามฤดูกาล
๖-มี.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - กะหล่ำปลีผัดไข่ - ต้มยำรวมมิตร - ผลไม้	ข้าวสวย กะหล่ำปลี ไข่ไก่/กุ้ง/ปลาหมึก เครื่องต้มยำ ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๒			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๙-มี.ค.-๖๓	จันทร์	- เย็นตาโฟ - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ ไก่ ไข่ไก่ ลูกชิ้น ต่างๆ เครื่องเย็นตาโฟ ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๐-มี.ค.-๖๓	อังคาร	- ข้าวผัดกุ้ง ไข่ แดงกวา - แกงจืดตำลึงเต้าหู้ - ผลไม้	กุ้ง ไข่ไก่ แดงกวา แครอท มะเขือเทศ เครื่องปรุงรส ตำลึง เต้าหู้ ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๑-มี.ค.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย - ทอดมัน แกงจืดวุ้นเส้นผักกาดขาว - ไก่สับ - ผลไม้	ทอดมันปลา วุ้นเส้น ไก่ ผักกาดขาว ต้นหอม แครอท กระเทียมเจียว เต้าหู้หลอด ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๒-มี.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ก๋วยเตี๋ยวไก่ เส้นเล็ก ลูกชิ้น ปูอัด - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยว เส้นเล็ก ไก่ ลูกชิ้น ปูอัด ผักชี ต้นหอม หัวไชเท้า เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๓-มี.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - แกงเลียงผักรวม - ปลาทอด - ผลไม้	ฟักทอง เห็ดนางฟ้า ฟักเขียว ปลา เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๓			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๖-มี.ค.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - กระเพราไก่สับ - ไข่ดาว - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่สับ กระเพรา กระเทียม เครื่องปรุงรส ไข่ไก่ ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๗-มี.ค.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ผัดถั่วงอกดับไก่ลูกชิ้น - ปลาต้มซีอิ๊ว - ผลไม้	ถั่วงอก ดับไก่ ลูกชิ้น ต้นหอม ปลา ซีอิ๊ว กระเทียม ต้นหอม เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๘-มี.ค.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย - ไก่ทอดกระเทียมพริกไทย - ผัดกะหล่ำปลีใส่กุ้ง และไข่ไก่ - ผลไม้	ไก่ กระเทียม พริกไทย กะหล่ำปลี กุ้ง ไข่ไก่ เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๙-มี.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- สุกี้รวมมิตร - ผลไม้	วุ้นเส้น กุ้ง หมึก ไก่สับ ไข่ไก่ ถั่วงอก ลูกชิ้นต่างๆ ผักกวางตุ้ง น้ำสุกี้ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๐-มี.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - ผัดผักบุ้งเต้าเจี้ยว - ไก่ทอด - ผลไม้	ผักบุ้ง เต้าเจี้ยว ไก่ เครื่องหมัก ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๔			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๓-มี.ค.-๖๓	จันทร์	- ข้าวผัดอเมริกัน + ไข่ดาว - ปีกไก่บนทอด - ซุปกระดูกไก่ฟักผักเขียว - ผลไม้	ข้าวสาร ลูกเกด ถั่วลันเตา หอมใหญ่ มะเขือเทศ เนื้อไก่ ไข่ไก่ ปีกไก่บน เครื่องปรุงรส กระดูกไก่ ผักเขียว เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๔-มี.ค.-๖๓	อังคาร	- ราดหน้าทะเล - ผลไม้	กุ้ง / ปลาหมึก ไข่ เส้นก๋วยเตี๋ยว กะหล่ำปลี แครอท ข้าวโพดอ่อน เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๕-มี.ค.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย กุ้งหวาน - แกงจืดวุ้นเส้นตำลึงไก่สับ - ผลไม้	กุ้ง วุ้นเส้นไก่ ต้นหอม กระเทียมเจียว ตำลึง ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๖-มี.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ต้มยำไก่ - ไข่เจียว - ผลไม้	ไก่ ไข่ไก่ ต้นหอม เครื่องปรุงต้มยำ ข่า ตะไคร้ หอมใหญ่ มะเขือเทศ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๗-มี.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - ผัดเปรี้ยวหวานกุ้งหมึก - ไก่หวาน - ผลไม้	ไก่ หมึก สับปะรด แดงกวา หอมใหญ่ ผลไม้ตามฤดูกาล

หมายเหตุ

๑. ผลไม้ตามฤดูกาล เช่น ชมพู ฝรั่ง ส้มแป้น แดงโม กล้วยหอม กล้วยไข่ มะละกอ เงาะ มะม่วง ละมุด องุ่น

๒. อาหารที่มีรสเผ็ด ให้ใส่ส่วนผสมที่เป็นพริกน้อยที่สุด หรือไม่ใส่เลย ให้เหมาะกับวัยผู้บริโภค

๓. รายการอาหาร สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ตามความเหมาะสม

โรงเรียนเทศบาล ๑ บ้านเขาแก้ว
ปีการศึกษาที่ ๒ / ๒๕๖๒ รายการอาหารกลางวัน ชั้นประถมศึกษา
เดือน พฤศจิกายน ๒๕๖๒

สัปดาห์ที่ ๑			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑-พ.ย.- ๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - เต้าหู้ปลาผัดพริกเกลือ - ไก่ต้มใบชะมวง - ผลไม้	ข้าวสาร เต้าหู้ปลา เต้าหู้หลอด พริก กระเทียม รากผักชี ต้นหอม ไก่ใบ ชะมวง เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๒			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๔-พ.ย.- ๖๒	จันทร์	- ก๋วยเตี๋ยวต้มยำน้ำใส+ไข่ต้ม - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยว ผักกวางตุ้ง ถั่วงอก ไข่ เต้าหู้แผ่น ลูกชิ้น มะนาว ต้นหอมผักชี ไข่ไก่ดอง/คน เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๕-พ.ย.- ๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - ผัดหนวดมังกร รวมมิตร - น้ำพริกกะปิ(เผ็ดเล็กน้อย) - ผักสด - ผลไม้	ข้าวสวย ถั่วงอก กุ้ง / ไข่ เลือด กะปิ กระเทียม พริก มะนาว ผักต่าง ๆ ไข่ต้ม ผลไม้ตามฤดูกาล
๖-พ.ย.- ๖๒	พุธ	- ข้าวมันไก่ต้ม - น้ำจิ้ม - น้ำซุปล่องสะหาย - ผลไม้	ข้าวสาร กุ้ง แครอท ต้นหอม กระเทียม ไข่ไก่หรือไข่เป็ด โคร่ง กระดูกไก่หั่นเป็นชิ้น พริกเขียว ผลไม้ตามฤดูกาล
๗-พ.ย.- ๖๒	พฤหัสบดี	- เส้นหมี่ผัดซีอิ้ว - น้ำซุปลกระดูกไก่ฟักเขียว	เส้นหมี่แห้ง เนื้อหมู/ไก่ ตับไก่ คะน้า แครอท ไข่ไก่/เป็ด กระดูกไก่ ฟักเขียว ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล
๘-พ.ย.- ๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - ยำไข่เค็ม - ปลาทุตัมกะทิ - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่เค็ม ต้นหอม ผักชี หอม หัวแดง ปลาทุ กะทิ ส้มแขก ขมิ้น เครื่องปรุงรส พริกสด ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๓			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๑-พ.ย.- ๖๒	จันทร์	- ข้าวสวย - ผัดถั่วงอกสองเกลอ - น้ำพริกอ่อน + ผักลวก - ผลไม้	ข้าวสาร ถั่วงอก ไข่ เต้าหู้ปลา เลือดไก่ ขึ้นฉ่าย มะเขือเทศ ไข่ต้ม ต้นหอม ผักชี กะหล่ำปลี แดงกวา เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๒-พ.ย.- ๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - แกงกะทิไก่กับสับประรด(เผ็ดน้อย) - ยำรวมมิตร (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย ไข่ กะทิ สับประรด กุ้ง ลูกชิ้น แครอท ผักกาด หอมใหญ่ ขึ้นฉ่าย ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๓-พ.ย.- ๖๒	พุธ	- ข้าวสวย - ไข่พะโล้เต้าหู้ - ผัดเปรี้ยวหวานถั่วงอก - ผลไม้	ข้าวสาร เต้าหู้ข้าวแบบแข็งแผ่นเล็ก ไข่ไก่/ไข่ต้ม ถั่วงอกแดงต้มสุก พริกเขียว,แดง,เหลือง มะเขือเทศ หอมใหญ่ แดงกวา ไข่ (หั่นลูกเต๋าทั้งหมด) ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๔-พ.ย.- ๖๒	พฤหัสบดี	- ก๋วยจั๊บ - ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ เครื่องก๋วยจั๊บ ไข่ไก่/ไข่ต้มต้มสุก ไข่/หมู ลูกชิ้น ผักบุ้ง ต้นหอมผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๕-พ.ย.- ๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - ต้มยำกุ้ง/ปลา - ผัดผักรวมมิตร - ผลไม้	ข้าวสาร กุ้ง/ปลา เห็ดฟาง/เห็ดนางฟ้า ต้นหอม ข่า ตะไคร้ ไข่ เต้าหู้ปลา แผ่น กะหล่ำปลี แครอท เห็ด ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๔			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๘-พ.ย.- ๖๒	จันทร์	- ข้าวมันไก่ต้ม - ซุปฟักเขียว - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่ต้ม น้ำจิ้มข้าวมันไก่ แตงกวา ต้นหอม ไก่ ฟักเขียว เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๙-พ.ย.- ๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - ไก่ และไข่นกต้มข้า - ยำรวมมิตร (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย ไก่ ไข่นก กะทิ ฟักเขียว ข้า ไก่/กุ้ง ลูกชิ้น ปูอัด มะเขือเทศ แคร รอต กะหล่ำปลี ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๐-พ.ย.- ๖๒	พุธ	- ข้าวสวย - แกงส้มกุ้ง/ผักรวม (เผ็ดน้อย) - ไก่หวาน - ผลไม้	ข้าวสาร เครื่องแกงส้ม กุ้ง / ไก่ แครอท หัวผักกาด ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๑-พ.ย.- ๖๒	พฤหัสบดี	- ก๋วยเตี๋ยวไก่น้ำข้น หมี่หุ้น ลูกชิ้นปูอัด - ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยว หมี่หุ้น ไก่/หมู ลูกชิ้น ปูอัด หัวผักกาด ต้นหอมผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๒-พ.ย.- ๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง - กระเพรารวมมิตร - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่ไก่/ไข่เป็ด ปูอัด แครอท ฟักทอง ผักอื่นๆตามความเหมาะสม ไก่ กุ้ง ปลาหมึก อื่น กระเพรา กระเทียม ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๕			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๕-พ.ย.- ๖๒	จันทร์	- ข้าวผัดอเมริกัน + ไข่ดาว - ปีกไก่บนทอด - ซุปกระดูกไก่ฟักผักเขียว - ผลไม้	ข้าวสาร ลูกเกด ถั่วลันเตา หอมใหญ่ มะเขือเทศ เนื้อไก่ ไข่ไก่ ปีกไก่บน เครื่องปรุงรส กระดูกไก่ ผักเขียว เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๖-พ.ย.- ๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - ปลาทอดราดพริก - ไข่ต้มกะทิสด - ผลไม้	ข้าวสาร พริก กระเทียม น้ำ มะขามเปียก ผักชี ไข่ไก่/ไข่เป็ด กะทิ ฟักทอง ฟักเขียว หัวหอมแดง ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๗-พ.ย.- ๖๒	พุธ	- ราดหน้าหมูเห็ดเหียงรวมมิตร ลูกชิ้น ปูอัด - ผลไม้	เส้นหมูเห็ดเหียง ไข่ไก่/หมู ลูกชิ้น แคร รอต ผักคะน้า ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๘-พ.ย.- ๖๒	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - แกงจืดกะหล่ำปลีหมู/ไก่ปั้นก้อน - ยำกุ้งเชียง - ผลไม้	ข้าวสาร กะหล่ำปลี หมู/ไก่ กุ้งเชียง แตงกวา มะนาว ต้นหอม ผักชี เต้าหู้ หลอด ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๙-พ.ย.- ๖๒	ศุกร์	- ข้าวผัดกะปิกุ้งสด - แกงจืดผักขาว/ไก่ปั้นก้อน - ไข่หวาน, กุ้งหวาน - ผลไม้	ข้าวสาร กะหล่ำปลี หมู/ไก่ กุ้ง กะปิ ถั่วฝักยาว กุ้งเชียง แตงกวา มะนาว ต้นหอม ผักชี ไข่ไก่(หั่นฝอย) ผลไม้ตามฤดูกาล

หมายเหตุ

๑. ผลไม้ตามฤดูกาล เช่น ชมพู ฝรั่ง ส้มแป้น แตงโม กล้วยหอม กล้วยไข่ มะละกอ เงาะ มะม่วง ละมุด องุ่น
๒. อาหารประเภทน้ำพริกหรือประเภทที่มีรสชาติเผ็ด ให้ตามความต้องการของนักเรียนในระดับประถมตอนต้น
๓. เมนูที่เป็นเครื่องแกงให้เผ็ดเล็กน้อย นักเรียนสามารถรับประทานได้

โรงเรียนเทศบาล ๑ บ้านเขาแก้ว
ปีการศึกษาที่ ๒ / ๒๕๖๒ รายการอาหารกลางวัน ชั้นประถมศึกษา
เดือน ธันวาคม ๒๕๖๒

สัปดาห์ที่ ๑			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒-ธ.ค.-๖๒	จันทร์	- ข้าวสวย - ผัดผักบุ้งน้ำมันหอยไก่สับ - ปลาต้ม ซีอิ๊ว - ผลไม้	ข้าวสาร ผักบุ้ง น้ำมันหอย กระเทียม ไก่สับ ปลา ซีอิ๊ว ผลไม้ตามฤดูกาล
๓-ธ.ค.-๖๒	อังคาร	- เย็นตาโฟ+ไข่ต้ม - ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ ไก่/หมู ลูกชิ้น ผักบุ้ง เครื่องปรุงเย็นตาโฟ ไข่ ผลไม้ตามฤดูกาล
๔-ธ.ค.-๖๒	พุธ	- ข้าวสวยรวมมิตร - ต้มยำรวมมิตร - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่/หมู ไข่ ลูกชิ้น ปูอัด เห็ด หอมใหญ่ มะเขือเทศ มะนาว ต้นหอม ผักชี ผักคะน้า ผลไม้ตามฤดูกาล
๖-ธ.ค.-๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - มัสมั่นไก่ + ออจจาด - ทอดมันข้าวโพด - ผลไม้	ข้าวสวย เครื่องมัสมั่น ไก่ มันเทศ/มันฝรั่ง แตงกวา น้ำส้มสายชู หอมแดง พริกชี้ฟ้า เครื่องปรุง ไก่สับ ข้าวโพด แป้งสาเลี เกล็ดขนมปัง ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๒			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๙-๖.ค.-๖๒	จันทร์	- ขนมจีน น้ำยากะทิได้ - ผักสด - ไก่ทอดปึกบน - ผลไม้	เส้นขนมจีน เครื่องแกง (เผ็ดน้อย-ปานกลาง) น้ำกะทิ ปีกไก่บน เครื่องเทศต่างๆ ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๑-๖.ค.-๖๒	พุธ	- เย็นตาโฟ+ไข่ต้ม - ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ ไข่ ไก่/หมู ลูกชิ้น ผักบั้ง เครื่องปรุงเย็นตาโฟ ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๒-๖.ค.-๖๒	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ต้มจืดสามเกลอ - ไก่สับพริกแกงทอด (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย แครอท ผักกาด ไก่/กุ้ง ลูกชิ้น หมัก ต้มหอม ไก่สับ เต้าหู้หลอด เครื่องพริกแกง ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๓-๖.ค.-๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - ไข่ลูกเขย - แกงเขียวหวาน - ผลไม้	ข้าวสวย ไข่เบ็ด/ไข่นกกระทา น้ำมะขามเปียก น้ำส้มสายชู พริก หัวหอม กระเทียม พริกตกแต่ง ออกไก่ เครื่องแกงเขียวหวาน ผักต่าง ๆ ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๓			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๖-ธ.ค.-๖๒	จันทร์	- ราดหน้าเส้นใหญ่ - ผลไม้	เส้นใหญ่ ผักคะน้า เห็ดนางฟ้า แครอท ไก่ ไข่ ลูกชิ้น ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๗-ธ.ค.-๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - ผัดหนวดมังกร รวมนมมิตร - น้ำพริกกะปิ(เผ็ดเล็กน้อย) - ผักสด+ไข่ต้ม - ผลไม้	ข้าวสวย ถั่วงอก กุ้ง / ไก่ ไข่ไก่ เลือด กะปิ กระเทียม พริก มะนาว ผักต่าง ๆ ไข่ต้ม ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๘-ธ.ค.-๖๒	พุธ	- ข้าวมันไก่ต้ม - น้ำจิ้ม - น้ำซุปล่องสะหาย - ผลไม้	ข้าวสาร กุ้ง แครอท ต้นหอม กระเทียม ไข่ไก่หรือไข่เป็ด โขลก กระต่ายไก่หั่นเป็นชิ้น พริกเขียว ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๙-ธ.ค.-๖๒	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - แกงจืดกะหล่ำปลีหมู/ไก่ปั่นก้อน - ยำกุนเชียง - ผลไม้	ข้าวสาร กะหล่ำปลี หมู/ไก่ กุนเชียง แตงกวา มะนาว ต้นหอม ผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๐-ธ.ค.-๖๒	ศุกร์	- ข้าวไก่กรอบ - ซุปผักเขียว เห็ดหอมไก่สับ - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่ คะน้า แตงกวา พริกเขียว เห็ดหอม ไก่สับปั่นก้อน ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๔			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๓-ธ.ค.-๖๒	จันทร์	- ข้าวสวย - ไข่สามรส - แกงเลียงผักรวม - ผลไม้	ข้าวสาร เนื้ออกไก่ น้ำตาลปี๊บ เห็ดหอม ส้มแขก กุ้ง บวบ ผัก ตำลึง ผักอื่นๆ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๔-ธ.ค.-๖๒	อังคาร	- ข้าวสวย - แกงกะทิไก่ ไช้ทรงกระทากับสับ ปรุปรุ(เผ็ดน้อย) - ยำรวมมิตร (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย ไข่ ไช้ทรงกระทา กะทิ สับปรุปรุ กุ้ง ลูกชิ้น แครอท ผักกาด หอมใหญ่ ขึ้นฉ่าย ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๕-ธ.ค.-๖๒	พุธ	- ข้าวสวย - ไข่พะโล้เต้าหู้ - ผัดเปรี้ยวหวานถั่วงาแดงหลวง - ผลไม้	ข้าวสาร เต้าหู้ขาวแบบแข็งแผ่นเล็ก ไข่ไก่/เปิด ถั่วงาแดงหลวงต้มสุก พริก เขียว,แดง,เหลือง มะเขือเทศ หอมใหญ่ แดงกวา ไข่ (หั่นลูกเต๋า ทั้งหมด) ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๖-ธ.ค.-๖๒	พฤหัสบดี	- ก๋วยจั๊บน้ำใส - ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ เครื่องก๋วยจั๊บน้ำใส ไข่ไก่/ไข่เป็ดต้ม ไข่/หมู ลูกชิ้น ผักบุ้ง ต้นหอมผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๗-ธ.ค.-๖๒	ศุกร์	- ข้าวสวย - ต้มยำกุ้ง/ปลา - ผัดผักรวมมิตร - ผลไม้	ข้าวสาร กุ้ง/ปลา เห็ดฟาง/เห็ดนางฟ้า ต้นหอม ข่า ตะไคร้ ไข่ เต้าหู้ปลา แผ่น กะหล่ำปลี แครอท เห็ด ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๕			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๓๐-ธ.ค.-๖๒	จันทร์	- ข้าวผัดอเมริกัน + ไข่ดาว - ปีกไก่บนทอด - ซุปกระดูกไก่ฟักผักเขียว - ผลไม้	ข้าวสาร ลูกเกด ถั่วลันเตา หอมใหญ่ มะเขือเทศ เนื้อไก่ ไข่ไก่ ปีกไก่บน เครื่องปรุงรส กระดูกไก่ ผักเขียว เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล

หมายเหตุ

๑. ผลไม้ตามฤดูกาล เช่น ชมพู ฝรั่ง ส้มแป้น แตงโม กล้วยหอม กล้วยไข่ มะละกอ เงาะ มะม่วง ละมุด องุ่น
๒. อาหารประเภทน้ำพริกหรือประเภทที่มีรสชาติเผ็ด ให้ตามความต้องการของนักเรียนในระดับประถมตอนต้น
๓. เมนูที่เป็นเครื่องแกงให้เผ็ดเล็กน้อย นักเรียนสามารถรับประทานได้

โรงเรียนเทศบาล ๑ บ้านเขาแก้ว
ปีการศึกษาที่ ๒ / ๒๕๖๒ รายการอาหารกลางวัน ชั้นประถมศึกษา
เดือน มกราคม ๒๕๖๓

สัปดาห์ที่ ๑			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒-ม.ค.-๖๓	จันทร์	- ข้าวผัดแหนม - น้ำชุบฟักเขียว ไก่ปักบน - ผลไม้	ข้าวสาร แหนม กระเทียม ไข่ ต้นหอม ฟักเขียว ไก่ปักบน ต้นหอม แตงกวา พริกสด กระเทียม ผลไม้ตามฤดูกาล
๓-ม.ค.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ไก่ต้มข่า - ยำรวมมิตร (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย ไก่ กะทิ ฟักเขียว ข่า ไก่/ กุ้ง ลูกชิ้น ปูอัด มะเขือเทศ แครอท กะหล่ำปลี ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๒			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๖-ม.ค.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - พะแนงไก่ - อาจจาต - ผลไม้	ข้าวสาร เนื้ออกไก่ เครื่องพะแนง แตงกวา พริกชี้ฟ้า หอมแดง น้ำส้มสายชู น้ำตาล ผลไม้ตามฤดูกาล
๗-ม.ค.-๖๓	อังคาร	- ข้าวผัดสับปะรด - น้ำชุบมันฝรั่ง ปีกไก่บน - ผลไม้	ข้าวสาร หมู/ไก่ สับปะรด หอมหัวใหญ่หั่นลูกเต๋า ต้นหอม ปีกไก่ บน มันฝรั่ง มะเขือเทศ ผลไม้ตามฤดูกาล
๘-ม.ค.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย - ปลาทอดราดพริก - ไข่ต้มกะทิสด - ผลไม้	ข้าวสาร พริก กระเทียม น้ำ มะขามเปียก ผักชี ไข่ไก่/ไข่เป็ด กะทิ ฟักทอง ฟักเขียว หัวหอมแดง ผลไม้ตามฤดูกาล
๙-ม.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ราดหน้าหมูเหืองหมู/ไก่ - ลูกชิ้น ปูอัด - ผลไม้	เส้นหมูเหือง ไก่/หมู ลูกชิ้น แครอท ผักคะน้า ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๐-ม.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - แกงจืดกะหล่ำปลีหมู/ไก่ปั้นก้อน - ยำกุนเชียง - ผลไม้	ข้าวสาร กะหล่ำปลี หมู/ไก่ กุนเชียง แตงกวา มะนาว ต้นหอม ผักชี เต้าหู้ หลอด ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๓			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๓-ม.ค.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - ไก่สามรส - แกงเลียงผักรวม - ผลไม้	ข้าวสาร เนื้อมะเขือเทศ น้ำตาลปีบ เห็ดหอม ส้มแขก กุ้ง บวบ ผัก ตำลึง ผักอื่นๆ ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๔-ม.ค.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ไข่เจียวรวมมิตร+น้ำพริกกะปิ - ปลาต้ม ซีอิ๊ว - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่ มะเขือเทศ ต้นหอม ไก่สับ น้ำมันหอย กระเทียม เต้าเจี้ยว ปลา ซีอิ๊ว ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๕-ม.ค.-๖๓	พุธ	- เย็นตาโฟ+ไข่ต้ม - ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ ไข่ ไก่/หมู ลูกชิ้น ผักบุ้ง เครื่องปรุงเย็นตาโฟ ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๗-ม.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวผัดน้ำพริกกะปิ+ไข่เจียว (เผ็ดน้อย) - น้ำซุบฟักเขียว - ผักสด - ผลไม้	ข้าวสวย กะปิ พริก มะนาว ไข่ไก่/ เบ็ด ไก่ ฟักเขียว ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๔			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๐-ม.ค.-๖๓	จันทร์	- ขนมจีน น้ำยากะทิได้ - ผักสด - ไก่ทอดปึกบน - ผลไม้	เส้นขนมจีน เครื่องแกง (เผ็ดน้อย-ปานกลาง) น้ำกะทิ ปีกไก่บน เครื่องเทศต่างๆ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๑-ม.ค.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ต้มจืดสามกษัตริย์ - ไก่สับพริกแกงทอด (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย แครอท ผักกาด ไก่/กุ้ง ลูกชิ้นหมัก ต้นหอม ไก่สับ เต้าหู้หลอด เครื่องพริกแกง ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๒-ม.ค.-๖๓	พุธ	- สุกี้รวมมิตร - ผลไม้	วุ้นเส้น กุ้ง หมัก ไก่สับ ไข่ไก่ ถั่วงอก ลูกชิ้นต่างๆ ผักกวางตุ้ง น้ำสุกี้ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๓-ม.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ไข่ลูกเขย - แกงเขียวหวาน - ผลไม้	ข้าวสวย ไข่เบ็ด/ไข่นกกระทา น้ำมะขามเปียก น้ำส้มสายชู พริก หัวหอม กระเทียม พริกตกแต่ง ออกไก่ เครื่องแกงเขียวหวาน ผักต่าง ๆ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๔-ม.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - ผัดหนวดมังกร รวมมิตร - น้ำพริกกะปิ(เผ็ดเล็กน้อย) - ผักสด+ไข่ต้มยางมะตูม - ผลไม้	ข้าวสวย ถั่วงอก กุ้ง / ไก่ ไข่ไก่ เลือดกะปิ กระเทียม พริก มะนาว ผักต่าง ๆ ไข่ต้ม ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๕			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๗-ม.ค.-๖๓	จันทร์	- ก๋วยเตี๋ยวไก่ เส้นเล็ก ต้มยำ - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็ก ผักบุ้ง ถั่วงอก เลือด ไข่ต้มยางมะตูม ไก่ ๑ ซีก ลูกชิ้น ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๘-ม.ค.-๖๓	อังคาร	- ข้าวมันไก่ต้ม - น้ำจิ้ม - น้ำซุสสองสหาย - ผลไม้	ข้าวสาร กุ้ง แครอท ต้นหอม กระเทียม ไข่ไก่หรือไข่เป็ด โขลก กระดูกไก่หั่นเป็นชิ้น พริกเขียว ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๙-ม.ค.-๖๓	พุธ	- เส้นหมี่ผัดซีอิ้ว - น้ำซุสกระดูกไก่พริกเขียว	เส้นหมี่แห้ง เนื้อหมู/ไก่ ตับไก่ คะน้า แครอท ไข่ไก่/เป็ด กระดูกไก่ พริกเขียว ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล
๓๐-ม.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ต้มจืดสามเกลอ - ไก่สับพริกแกงทอด (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย แครอท ผักกาด ไก่/กุ้ง ไข่ไก่ ลูกชิ้น หมัก ต้นหอม ไก่สับ เครื่องพริก แกง ผลไม้ตามฤดูกาล
๓๑-ม.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - ไข่ลูกเขย - แกงเขียวหวาน - ผลไม้	ข้าวสวย ไข่เป็ด/ไข่นกกระทา น้ำมะขามเปียก น้ำส้มสายชู พริก หัวหอม กระเทียม พริกตกแดง ออกไก่ เครื่องแกงเขียวหวาน ผักต่าง ๆ ผลไม้ตามฤดูกาล

หมายเหตุ

๑. ผลไม้ตามฤดูกาล เช่น ชมพู ฝรั่ง ส้มแป้น แตงโม กล้วยหอม กล้วยไข่ มะละกอ เงาะ มะม่วง ละมุด องุ่น
๒. อาหารประเภทน้ำพริกหรือประเภทที่มีรสชาติเผ็ด ให้ตามความต้องการของนักเรียนในระดับประถมตอนต้น
๓. เมนูที่เป็นเครื่องแกงให้เผ็ดเล็กน้อย นักเรียนสามารถรับประทานได้

โรงเรียนเทศบาล ๑ บ้านเขาแก้ว
ปีการศึกษาที่ ๒ / ๒๕๖๒ รายการอาหารกลางวัน ชั้นประถมศึกษา
เดือน กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓

สัปดาห์ที่ ๑			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๓-ก.พ.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - แกงกะทิไก่กับสับประรด(เผ็ดน้อย) - ยำรวมมิตร (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย ไก่ กะทิ สับประรด กุ้ง ลูกชิ้น แครอท ผักกาด หอมใหญ่ ขึ้นฉ่าย ผลไม้ตามฤดูกาล
๔-ก.พ.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ไข่พะโล้เต้าหู้ - ผัดเปรี้ยวหวานถั่วแดงหลวง - ผลไม้	ข้าวสาร เต้าหู้ขาวแบบแข็งแผ่นเล็ก ไข่ไก่/ไข่เป็ด ถั่วแดงหลวงต้มสุก พริก เขียว,แดง,เหลือง มะเขือเทศ หอมใหญ่ แดงกวา ไก่ (หันลูกเต๋า ทั้งหมด) ผลไม้ตามฤดูกาล
๕-ก.พ.-๖๓	พุธ	- ก๋วยจั๊บ+ไข่ต้ม - ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ เครื่องก๋วยจั๊บ ไข่ไก่/ไข่เป็ดต้ม ไก่/หมู ลูกชิ้น ผักบั้ง ต้นหอมผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล
๖-ก.พ.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ต้มยำกุ้ง/ปลา - ผัดผักรวมมิตร+ไข่นกกระทา - ผลไม้	ข้าวสาร กุ้ง/ปลา เห็ดฟาง/เห็ดนางฟ้า ต้นหอม ข่า ตะไคร้ ไก่ ไข่นกกระทา เต้าหู้ปลาแผ่น กะหล่ำปลี แครอท เห็ด ผลไม้ตามฤดูกาล
๗-ก.พ.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวหมกไก่ - น้ำจิ้ม - น้ำชุบปีกไก่บน กับหัวผักกาด - ผลไม้	ข้าวสาร ไก่ เครื่องปรุงข้าวหมกไก่ แดงกวา พริก น้ำตาล เกลือ ปีกไก่บน หัวผักกาด ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๒			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๑-ก.พ.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ต้มข่า๒ พลัง - ยำรวมมิตร (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย ไก่ ไชนกกระทา กะทิ พัก เขียว ข่า ไก่/กุ้ง ลูกชิ้น ปูอัด มะเขือ เทศ แครอท กะหล่ำปลี ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๒-ก.พ.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย - แกงส้มกุ้ง/ผักรวม (เผ็ดน้อย) - ไก่หวาน - ผลไม้	ข้าวสาร เครื่องแกงส้ม กุ้ง / ไก่ แครอท หัวผักกาด ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๓-ก.พ.-๖๓	พฤหัสบดี	- ก๋วยเตี๋ยวไก่น้ำข้น หมี่หุ้น ลูกชิ้นปูอัด - ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยว หมี่หุ้น ไก่/หมู ลูกชิ้น ปูอัด หัวผักกาด ต้นหอมผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๔-ก.พ.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง - กระเพราไก่ - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่ไก่/ไข่เป็ด ปูอัด แครอท ฟักทอง ผักอื่นๆตามความเหมาะสม ไก่ กระเพรา กระเทียม ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๓			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๗-ก.พ.-๖๓	จันทร์	- ข้าวผัดสัปปะรด - น้ำซุสมันฝรั่ง ปีกไก่บน - ผลไม้	ข้าวสาร หมู/ไก่ สัปปะรด หอมหัวใหญ่ หั่นลูกเต๋า ต้นหอม ปีกไก่ บน มันฝรั่ง มะเขือเทศ ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๘-ก.พ.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ปลาทอดราดพริก - ไข่ต้มกะทิสด - ผลไม้	ข้าวสาร พริก กระเทียม น้ำ มะขามเปียก ผักชี ไข่ไก่/ไข่เป็ด กะทิ พริกทอง พริกเขียว หัวหอมแดง ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๙-ก.พ.-๖๓	พุธ	- ราดหน้าหมีเหลืองหมู/ไก่ - ลูกชิ้น ปูอัด - ผลไม้	เส้นหมีเหลือง ไข่ไก่ ไก่/หมู ลูกชิ้น แครอท ผักคะน้า ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๐-ก.พ.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - แกงจืดกะหล่ำปลีหมู/ไก่ปั้นก้อน - ยำกุนเชียง - ผลไม้	ข้าวสาร กะหล่ำปลี หมู/ไก่ กุนเชียง แตงกวา มะนาว ต้นหอม ผักชี เต้าหู้หลอด ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๑-ก.พ.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - ไก่สามรส - แกงเลียงผักรวม - ผลไม้	ข้าวสาร เนื้อมือไก่ น้ำตาลปี๊บ เห็ดหอม ส้มแขก กุ้ง บวบ ผัก ตำลึง ผักอื่นๆ ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๕			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๔-ก.พ.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - ไข่ผัดพริกขิง - ต้มจืดรวมมิตร - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่ หมู กุ้ง พริก ขิง น้ำมันหอย กระเทียม ปลา ซีอิ๊ว ผักกาดขาว ข้าว แครอท ต้นหอมผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๕-ก.พ.-๖๓	อังคาร	- เย็นตาโฟ + ไข่ต้ม - ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ ไข่ไก่ ไข่/หมู ลูกชิ้น ผักบุ้ง เครื่องปรุงเย็นตาโฟ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๖-ก.พ.-๖๓	พุธ	- ขนมจีน น้ำยากะทิได้ - ผักสด - ไข่ทอดปึกบน/ไข่ต้ม - ผลไม้	เส้นขนมจีน เครื่องแกง (เผ็ดน้อย-ปาน กลาง) น้ำกะทิ ปีกไก่บน ไข่ไก่ เครื่องเทศต่างๆ ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๗-ก.พ.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ต้มจืดสามเกลอ - ไข่ลวกพริกแกงทอด (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย แครอท ผักกาด ไข่/กุ้ง ลูกชิ้น หมึก ต้นหอม ไข่ลวก เต้าหู้หลอด เครื่องพริกแกง ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๘-ก.พ.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - ต้มยำรวมมิตร - ผัดทอดมัน - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่ ไข่/หมู ลูกชิ้น ปูอัด เห็ด หอมใหญ่ มะเขือเทศ ทอดมัน ผลไม้ตามฤดูกาล

หมายเหตุ

๑. ผลไม้ตามฤดูกาล เช่น ชมพู ฝรั่ง ส้มแป้น แตงโม กล้วยหอม กล้วยไข่ มะละกอ เงาะ มะม่วง ละมุด องุ่น
๒. อาหารประเภทน้ำพริกหรือประเภทที่มีรสชาติเผ็ด ให้ตามความต้องการของนักเรียนในระดับประถมตอนต้น
๓. เมนูที่เป็นเครื่องแกงให้เผ็ดเล็กน้อย นักเรียนสามารถรับประทานได้

โรงเรียนเทศบาล ๑ บ้านเขาแก้ว
ปีการศึกษาที่ ๒ / ๒๕๖๒ รายการอาหารกลางวัน ชั้นประถมศึกษา
เดือน มีนาคม ๒๕๖๓

สัปดาห์ที่ ๑			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒-มี.ค.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - ไข่ลูกเขย - แกงเขียวหวาน - ผลไม้	ข้าวสวย ไข่เปิด/ไข่นกกระทา น้ำมะขามเปียก น้ำส้มสายชู พริก หัวหอม กระเทียม พริกตกแต่ง ออกไก่ เครื่องแกงเขียวหวาน ผักต่าง ๆ ผลไม้ตามฤดูกาล
๓-มี.ค.-๖๓	อังคาร	- ก๋วยเตี๋ยวไก่ เส้นเล็ก ต้มยำ - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็ก ผักบุ้ง ถั่วงอก เลือด ไข่ต้มยางมะตูม ไก่ ๑ ซีก ลูกชิ้น ผลไม้ตามฤดูกาล
๔-มี.ค.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย - ผัดหนวดมังกร รวมมิตร - น้ำพริกกะปิ(เผ็ดเล็กน้อย) - ผักสด+ไข่ต้มยางมะตูม - ผลไม้	ข้าวสวย ถั่วงอก กุ้ง / ไก่ เลือด กะปิ กระเทียม พริก มะนาว ผักต่าง ๆ ไข่ต้ม ผลไม้ตามฤดูกาล
๕-มี.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวมันไก่ต้ม - น้ำจิ้ม - น้ำซุปลองสะหาย - ผลไม้	ข้าวสาร กุ้ง แครอท ต้นหอม กระเทียม ไข่ไก่หรือไข่เปิด ไคร้ กระดุกไก่หั่นเป็นชิ้น พริกเขียว ผลไม้ตามฤดูกาล
๖-มี.ค.-๖๓	ศุกร์	- เส้นหมี่ผัดซีอิ๊ว - น้ำซุปลกระดุกไก่ฟักเขียว	เส้นหมี่แห้ง เนื้อหมู/ไก่ ไข่ไก่ ตับไก่ คะน้า แครอท ไข่ไก่/เปิด กระดุกไก่ ฟักเขียว ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๒			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๙-มี.ค.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - ไข่ต้มดอกไม้อจีน - กุ้ง/ไก่ผัดพริก - ผลไม้	ข้าวสาร กุ้ง/ไก่ ดอกไม้อจีน พริกชี้ฟ้า หอมใหญ่ กระเทียม ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๐-มี.ค.-๖๓	อังคาร	- ขนมจีน น้ำยากะทิ - ปีกไก่ทอดน้ำปลา / ไข่ต้ม - ผักสด - ผลไม้	เส้นขนมจีน เครื่องแกงกะทิ ปลาแดง ปีกไก่บน น้ำปลา / ไข่ไก่ต้ม เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๑-มี.ค.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย - แกงกะทิไก่ ไช้ไก่กับสับประรด(เผ็ดน้อย) - ยำรวมมิตร (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย ไช้ไก่ไก่ กะทิ สับประรด กุ้ง ลูกชิ้น แครอท ผักกาด หอมใหญ่ ขึ้นฉ่าย ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๒-มี.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ไข่พะโล้เต้าหู้ - ผัดเปรี้ยวหวานถั่วแดงหลวง - ผลไม้	ข้าวสาร เต้าหู้ขาวแบบแข็งแผ่นเล็ก ไช้ไก่/เป็ด ถั่วแดงหลวงต้มสุก พริก เขียว,แดง,เหลือง มะเขือเทศ หอมใหญ่ แดงกว่า ไก่ (หันลูกเต๋าทั้งหมด) ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๓-มี.ค.-๖๓	ศุกร์	- ก๋วยจั๊บน้ำร้อน - ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ เครื่องก๋วยจั๊บน้ำร้อน ไช้ไก่/ไข่ต้มต้ม ไก่/หมู ลูกชิ้น ผักบุ้ง ต้นหอมผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๓			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๑๖-มี.ค.-๖๓	จันทร์	- ข้าวสวย - ต้มยำกุ้ง/ปลา - ผัดผักรวมมิตร - ผลไม้	ข้าวสาร ไข่นกกระทา กุ้ง/ปลา เห็ด ฟาง/เห็ดนางฟ้า ต้นหอม ข่า ตะไคร้ ไข่ ไข่นกกระทา เต้าหู้ปลาแผ่น กะหล่ำปลี แครอท เห็ด ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๗-มี.ค.-๖๓	อังคาร	- ข้าวสวย - ข้าวมันแกวไก่ (เผ็ดน้อย) - น้ำพริกมะขามสด - ผลไม้	ข้าวสาร น้ำกะทิ ปลาตัวเล็กทอด ไข่เค็ม เครื่องแกงกะทิ กุ้ง/ไก่ มะเขือ ยาว ถั่วฝักยาว ฝักอื่นๆ มะขาม น้ำตาลปี๊บ หอมแดง พริก แดงกวา ถั่วงอก เครื่องปรุงรส ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๘-มี.ค.-๖๓	พุธ	- ข้าวสวย - ไก่ต้มข่า - ยำรวมมิตร (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย ไข่ กะทิ พริกเขียว ข่า ไข่/ กุ้ง ลูกชิ้น ปูอัด มะเขือเทศ แครอท กะหล่ำปลี ผลไม้ตามฤดูกาล
๑๙-มี.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - แกงส้มกุ้ง/ผักรวม (เผ็ดน้อย) - ไก่หวาน - ผลไม้	ข้าวสาร เครื่องแกงส้ม กุ้ง / ไข่ แครอท หัวผักกาด ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๐-มี.ค.-๖๓	ศุกร์	- ก๋วยเตี๋ยวไก่น้ำข้น หมี่หุ้น - ลูกชิ้นปูอัด - ผลไม้	ก๋วยเตี๋ยว หมี่หุ้น ไข่/หมู ลูกชิ้น ปูอัด หัวผักกาด ต้นหอมผักชี ผลไม้ตามฤดูกาล

สัปดาห์ที่ ๕			
วันที่	วัน	รายการอาหาร	ส่วนประกอบ
๒๓-มี.ค.-๖๓	จันทร์	- ก๋วยเตี๋ยวไก่ เส้นเล็ก ต้มยำ - ผลไม้	เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็ก ผักบุ้ง ถั่วงอก เลือด ไข่ต้มยางมะตูม ไก่ ๑ ซีก ลูกชิ้น พริกสด ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๔-มี.ค.-๖๓	อังคาร	- ข้าวมันไก่ต้ม - น้ำจิ้ม - น้ำซุปลองสะหาย - ผลไม้	ข้าวสาร กุ้ง แครอท ต้นหอม กระเทียม ไข่ไก่หรือไข่เป็ด โขลก กระดูกไก่หั่นเป็นชิ้น พักเคี่ยว ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๕-มี.ค.-๖๓	พุธ	- เส้นหมี่ผัดซีอิ้ว - น้ำซุปละดุกไก่พริกเคี่ยว	เส้นหมี่แห้ง เนื้อหมู/ไก่ ไข่ไก่ ตับไก่ คะน้า แครอท ไข่ไก่/เป็ด กระดูกไก่ พักเคี่ยว ต้นหอม ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๖-มี.ค.-๖๓	พฤหัสบดี	- ข้าวสวย - ต้มจืดสามกษัตริย์ - ไก่สับพริกแกงทอด (เผ็ดน้อย) - ผลไม้	ข้าวสวย แครอท ผักกาด ไก่/กุ้ง ลูกชิ้น หมึก ต้นหอม ไก่สับ เครื่องพริกแกง ผลไม้ตามฤดูกาล
๒๗-มี.ค.-๖๓	ศุกร์	- ข้าวสวย - ไข่ลูกเขย - แกงเคี่ยวหวาน - ผลไม้	ข้าวสวย ไข่เป็ด/ไข่นกกระทา น้ำมะขามเปียก น้ำส้มสายชู พริก หัวหอม กระเทียม พริกตกแต่ง ออกไก่ เครื่องแกงเคี่ยวหวาน ผักต่าง ๆ ผลไม้ตามฤดูกาล

หมายเหตุ

๑. ผลไม้ตามฤดูกาล เช่น ชมพู ฝรั่ง ส้มแป้น แตงโม กล้วยหอม กล้วยไข่ มะละกอ เงาะ มะม่วง ละมุด องุ่น
๒. อาหารประเภทน้ำพริกหรือประเภทที่มีรสชาติเผ็ด ให้ตามความต้องการของนักเรียนในระดับประถมตอนต้น
๓. เมนูที่เป็นเครื่องแกงให้เผ็ดเล็กน้อย นักเรียนสามารถรับประทานได้