

รายการอาหารเดือนกันยายน 2561

วันที่	อาหารเช้า	อาหารเที่ยง	อาหารเย็น
10 ก.ย. 61	- แกงจืดแตงกวายัดไส้ - ไข่เจียวปู้อัด	- แกงหมูมะเขือพวง - ไข่ลูกเขย	- หมูทอด - แกงจืดผักกาดขาวหมูสับ
11 ก.ย. 61	- โจ๊กหมูนุ่ม/ไข่ยางมะตูม - ปาท่องโก๋	- แพงเทโพปลาเค็ม - ทอดมันไก่	- แกงส้มกุ้งมะละกอ - ผัดคะน้าหมูกรอบ
12 ก.ย. 61	- ปลาทอด - ต้มกระดุกหมู	- ปลาทุทอดขมิ้น - แกงเลียงกุ้งสด/น้ำพริกกะปิ	- ผัดบวบใส่ไข่ - ผัดกระเพราไก่
13 ก.ย. 61	- ถั่วงอกผัดเต้าหู้ปลา - ยำไข่ดาว	- สเปาเกดตีชี้เมาไก่ - ขนมบวชข้าวโพด	- มัสมั่นไก่ - ต้มกระดุกหมูผักกาดดอง
14 ก.ย. 61	- ไก่ผัดซีอิ้ว	- ต้มข้าวไก่ใส่ผัก - ทอดมันปลากราย	- แกงปลาตุ๋นใบยี่ห่วย - ผัดวุ้นเส้นใส่ไข่
15 ก.ย. 61	- ข้าวต้มไก่	- แกงเขียวหวานไก่ - ขนมจีนไข่ต้ม	- ไข่ยัดไส้ - ผัดเครื่องแกงหมูถั่วฝักยาว
16 ก.ย. 61	- ข้าวหมกไก่ - น้ำซุบ	- ไก่ผัดน้ำพริกเผา - แกงจืดสาหร่ายทะเล	- แกงส้มหมูดอกกะหล่ำปลี - ไข่เจียวทรงเครื่อง
17 ก.ย. 61	- ปู้อัดผัดผงกะหรี - ไข่ดาว	- ก๋วยเตี๋ยวราดหน้า	- ปลาราดพริก - ยำวุ้นเส้น
18 ก.ย. 61	- หมูผัดกะปิถั่วฝักยาว - ไข่ตุ๋น	- ข้าวคดลูกกะปิ	- แกงจืดปลาหมึกยัดไส้
19 ก.ย. 61	- ข้าวหมูกรอบไข่ต้ม - น้ำซุบ	- ข้าวยำไก่แซ่บ - น้ำซุบ/ไข่ดาว	- ผัดผักกาดดองกับไข่ - แกงพริกไก่
20 ก.ย. 61	- ข้าวหมูแดง - น้ำซุบ	- พะแนงหมู - ต้มยำทะเล	- ผัดเบรียวหวานไก่ - ไก่ทอด
21 ก.ย. 61	- ข้าวขาหมู - น้ำซุบ	- ก๋วยเตี๋ยวหมู/ลูกชิ้น	- ผัดพริกหมู - ไข่พะโล้
22 ก.ย. 61	- ผัดผักนึ่ง - หมูหวาน	- ผัดมาม่า/หมู/กะหล่ำปลี /ปู้อัด/ไส้กรอก	- ต้มส้มปลานิล - ผัดกะหล่ำปลี/หอย
23 ก.ย. 61	- ข้าวต้มกุ๊ย - ยำไข่เค็ม, กุนเชียงทอด	- ผัดเครื่องแกงทะเลถั่วฝักยาว	- ผัดวุ้นเส้นกะหล่ำปลีหมู - ไข่พะโล้
24 ก.ย. 61	- ข้าวผัดรวมมิตร - ไข่ดาว	- ยากิโซบะ	- ผัดเผ็ดปลาตุ๋นทอดกรอบ - แกงจืดสาหร่ายหมูสับ

รายการอาหารเดือนกันยายน 2561

วันที่	อาหารเช้า	อาหารเที่ยง	อาหารเย็น
25 ก.ย. 61	- ข้าวมันไก่ - ไข่ต้ม	- แกงจืดปลาหมึกยัดไส้ - แกงพริกซี่โครงหมู	- ต้มยำทะเล - ไข่เจียวหมูสับ
26 ก.ย. 61	- ไข่ทอดขมิ้น - ไข่ต้ม	- ราดหน้าหมู	- แกงส้มหมูผักรวม - ปลาแดดเดียวทอด
27 ก.ย. 61	- ปีกบนไก่ต้มเห็ดหอม - ไข่ตุ๋น	- ผัดเครื่องแกงคะน้าหมูกรอบ - ไก่ต้มมะนาวดอง	- ซุปปลาทู - ต้มกระดูกหมู หัวไชโป๊หวาน
28 ก.ย. 61	- ข้าวเหนียวไก่ทอด - หมูย่าง	- สุกี้	- ผัดผักกาดดองกับไข่ - แกงหมูสับประรด
29 ก.ย. 61	- มักกะโรนีน้ำ	- แกงเขียวหวานไก่ - ขนมจีนไข่ต้ม	- ปลาทึบต้มสามรส - ลูกชิ้นปลาทอด
30 ก.ย. 61	- ยำปลากะป๋อง - ไข่ต้ม	- แกงส้มกุ้งมะละกอ - ไข่เจียว	- แกงจืดกะหล่ำปลี - คั่วกลิ้งหมู