

สัปดาห์ที่ 1

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	ผัดกระเพราหมู	หมู ถั่วฝักยาว	-
อ.	ไข่เจียว	หมูสับ น้ำซूप	ส้มตำ
พ.	แกงเขียวหวานไก่	ไก่ พริกแกง	-
พฤ.	ผัดผักรวมมิตร	กะหล่ำปลี แครอท ฟักทอง หอมใหญ่	คะน้าหมูกรอบ
ศ.	ก๋วยเตี๋ยว	เส้นเล็ก ลูกชิ้นหมู	-

สัปดาห์ที่ 2

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	ข้าวผัด กุนเชียง	กุนเชียง น้ำซूप	-
อ.	ผัดวุ้นเส้น	กะหล่ำปลี แครอท	-
พ.	ฮอตดอก	น้ำซूप	ตำแตง
พฤ.	แกงข้าไก่	เห็ดฟาง กะหล่ำปลี หอมใหญ่ มะเขือเทศ	-
ศ.	ผัดซีอิ้ว	เส้นหมี่	เส้นใหญ่

สัปดาห์ที่ 3

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	น่องไก่ซุบแป้งทอด	ซอสมะเขือเทศ	ส้มตำ
อ.	ข้าวหมูแดง	น้ำซूप	-
พ.	แกงจืดเต้าหู้ไข่	ผักกาดขาว หมูบด	-
พฤ.	ลาบไก่	น้ำซूप	-
ศ.	ลาตหน้า	เส้นหมี่	เส้นใหญ่

สัปดาห์ที่ 4

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	หมูหวาน	หมูสามชั้น เต้าหู้	-
อ.	ต้มยำน่องไก่	น่องไก่ เห็ดฟาง	-
พ.	แตงกวาผัดไข่	แตงกวา แครอท ไข่	-
พฤ.	หมูผัดเปรี้ยวหวาน	หมูชิ้น หอมใหญ่ มะเขือเทศ	-

		ข้าวโพดอ่อน เห็ดฟาง	
ศ.	ต้มเส้น	เนื้อไก่ วุ้นเส้น	ตีนไก่

สัปดาห์ที่ 5

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	ผัดกะเพราลูกชิ้น	ลูกชิ้นไก่	-
อ.	ไข่พะโล้	หมูสามชั้น	-
พ.	ไส้กรอกผัด เปรี้ยวหวาน	แตงกวา หอมใหญ่ มะเขือเทศ	น้ำพริกกะปิ ปลาทูด
พฤ.	ข้าวมันไก่	น้ำซूप	-
ศ.	หมี่กะทิ	เส้นหมี่	เส้นเล็ก

สัปดาห์ที่ 6

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	พะแนงไก่	เนื้อไก่	-
อ.	ผัดกะเพราไก่	เนื้อไก่ ถั้วฝักยาว	-
พ.	ต้มยำปลากระป๋อง	ปลากระป๋อง วุ้นเส้น	
พฤ.	ลูกชิ้นผัดพริกแกง	ประถม = ถั้วฝักยาว อนุบาล = ลูกชิ้นหมูหวาน	ผัดพริกแกง
ศ.	ต้มมักกะโรนี	มักกะโรนี หมูสับ แครอท	ขนมจีน น้ำยาป่า

สัปดาห์ที่ 7

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	น่องไก่ผัดซอส	น่องไก่ เห็ดฟาง มะเขือเทศ	-
อ.	แกงเขียวหวาน ลูกชิ้นปลา	ลูกชิ้น ฟักแฟง	-
พ.	ลาบหมู	เนื้อหมู	-
พฤ.	ข้าวมันไก่ทอด	เนื้อไก่ซूपแป้งทอด น้ำจิ้ม ไก่หวาน	-
ศ.	ผัดมักกะโรนี	เนื้อไก่	-

สัปดาห์ที่ 8

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	ผักกะเพราลูกชิ้นหมู	ลูกชิ้นหมู ถั่วฝักยาว	-
อ.	ไก่หวาน	เนื้อไก่	-
พ.	ต้มเลือดหมู	เลือดหมู ตำลึง	-
พฤ.	ยำหมูยอ	หมูยอ หอมใหญ่	-
ศ.	ผัดหมีแดง	เส้นหมีขาว ซอสแดง เย็นตาโฟ	-

สัปดาห์ที่ 9

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	พะแนงหมู	เนื้อหมู	-
อ.	ลูกชิ้นหมูหวาน	ลูกชิ้นหมู เต้าหู้ แครอท	-
พ.	ลาบไก่ วุ้นเส้น	เนื้อไก่ วุ้นเส้น	ผักสด
พฤ.	ไข่ต้ม ราดน้ำยำ แตงกวา	ไข่ แตงกวา หมูบด	-
ศ.	เส้นเล็กผัดไท	เส้นเล็ก เต้าหู้ หมูสับ ถั่วงอก	

สัปดาห์ที่ 10

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	ปีกไก่ผัดซอส	ปีกไก่ เห็ดฟาง	-
อ.	ยำวุ้นเส้น	ไก่ ปูอัด หมูยอ	-
พ.	ต้มยำน่องไก่	น่องไก่ เห็ดฟาง	ต้มยำ กระดุกหมู
พฤ.	ทอดมันหมูสับ	หมูสับ แครอท ไข่ / น้ำจิ้ม/น้ำซุบ	-
ศ.	ผัดมาม่า	หมูสับ กะหล่ำปลี	

สัปดาห์ที่ 11

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	ผัดลูกชิ้นรวมมิตร	ลูกชิ้นปิ้งปอง กระหล่ำปี แครอท	-
อ.	ข้าวมันไก่ทอด	เนื้อไก่	-
พ.	พะโล้น่องไก่	น่องไก่	น่องไก่
พฤ.	ยำกุนเชียง แตงกวา	ไส้กรอก หมูสับ หอมใหญ่	-

		มะเขือเทศ	
ศ.	ขนมจีนน้ำยา ข้าวต้มหมูสับ	ป.3-6 น้ำยากะทิ หมูสับ อนุบาล ข้าวต้มหมู	ขนมจีนน้ำยา ป่า

สัปดาห์ที่ 12

วัน	รายการ	ส่วนประกอบ	หมายเหตุ
จ.	ข้าวผัดกุ้งเชียง	ลูกชิ้น พริกเผา	-
อ.	ลูกชิ้นหมู ผัดขอส	แครอท หอมใหญ่ เห็ด	-
พ.	วุ้นเส้นผัดไข่	หมูสับ กระทงปลา	ส้มตำ
พฤ.	น่องไก่ น้ำแดง	แครอท / ฟักทอง	-
ศ.	ก๋วยเตี๋ยวหมูตุ๋น	หมี่ขาว หมูตุ๋น ลูกชิ้น	