

เมนูอาหารประจำเดือนพฤษภาคม ๒๕๖๓
(วันที่ 5-29 พฤษภาคม 2563)

วันที่	รายการอาหาร	หมายเหตุ
5	ข้าวผัดหมูใส่ไข่ ใส่ผัก + ผลไม้ (แตงโม)	
7	เส้นใหญ่ผัดซีอิ้วหมูสับ ใส่ลูกชิ้น ไข่ไข่ + ผลไม้ (มะม่วง)	
8	ข้าวสวย ไข่เจียว ผัดแตงกวาหมูสับ + ผลไม้ (ส้มเขียวหวาน)	
12	ข้าวสวย กะเพราไก่สับใส่ถั่วฝักยาว ไข่ดาว + ผลไม้ (แตงโม)	
13	ข้าวผัดหมูใส่ไข่ ใส่ผัก น้ำซุป + ผลไม้ (มะม่วง)	
14	ข้าวสวย ไข่พะโล้ ผัดถั่วฝักยาวหมูสับ + ผลไม้ (มะละกอ)	
15	ข้าวสวย ผัดวุ้นเส้นหมูสับ แกงจืดหมูผักกาดขาว + ผลไม้ (แอปเปิ้ล)	
18	ข้าวสวย ผัดแตงหมูสับ แกงเลียงปลาอย่าง + ผลไม้ (ฝรั่ง)	
19	ข้าวสวย ผัดฟักทองใส่ไข่ แกงจืดผักกาดหมู + ผลไม้ (ส้มเขียวหวาน)	
20	หมีหูน ไก่ตุ๋น + ผลไม้ (แก้วมังกร)	
21	ข้าวสวย กะเพราไก่ ไข่ดาว + ผลไม้ (มะม่วง)	
22	ข้าวผัดหมูใส่ไข่ ใส่ผัก แกงจืดเต้าหู้หมูสับ + ผลไม้ (แตงโม)	
25	ข้าวสวย ผัดถั่วงอก แกงจืดผักรวมหมู + ผลไม้ (ส้มเขียวหวาน)	
26	ข้าวสวย ไข่พะโล้ ผัดผักกาดใส่ไข่ + ผลไม้ (ฝรั่ง)	
27	เส้นใหญ่ผัดซีอิ้ว แกงจืดผักกาดขาวลูกชิ้น หมูสับ + ผลไม้ (เงาะ)	
28	ข้าวสวย ต้มฟักเขียวใส่ไก่ แตงกวาผัดไข่ + แชนวิช	
29	ข้าวสวย ผัดมันแกวไก่ แกงเลียงผักรวมกุ้งแห้ง + ผลไม้ (แตงโม)	

ภาพอาหารประจำวันที่ 5 - 29 พฤษภาคม 2563

เมนูอาหารประจำวันอังคารที่ ๕ พฤษภาคม ๒๕๖๓
... ข้าวผัดหมูใส่ไข่ ใส่ผัก + ผลไม้ (แตงโม) จำนวน ๒๖ ชุด
ศพต.อบต.เขาขาว สังกัด อบต.เขาขาว



5 พฤษภาคม 63

เมนูอาหารประจำวันพฤหัสบดีที่ ๓ พฤษภาคม ๒๕๖๓
... เส้นใหญ่ผัดซีอิ้วหมูสับ+ลูกชิ้นใส่ไข่ ใส่ผัก + ผลไม้ (มะม่วง) จำนวน ๒๖ ชุด
ศพต.อบต.เขาขาว สังกัด อบต.เขาขาว



7 พฤษภาคม 63



เมนูอาหารประจำวันศุกร์ที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๓
...ข้าวสวย ไข่เจียว ผัดแตงกวาหมูสับ + ผลไม้ (ส้มเขียวหวาน) จำนวน ๒๖ ชุด
ศพต.อบต.เขาขาว สังกัด อบต.เขาขาว



8 พฤษภาคม 63



เมนูอาหารประจำวันอังคารที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๓
...ข้าวสวย กะเพราไก่สับใส่ถั่วฝักยาว ไข่ดาว+ ผลไม้ (แตงโม) จำนวน ๒๖ ชุด
ศพต.อบต.เขาขาว สังกัด อบต.เขาขาว



12 พฤษภาคม 63



13 พฤษภาคม 63



14 พฤษภาคม 63



15 พฤษภาคม 63



18 พฤษภาคม 63



เมนูอาหารประจำวันอังคารที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๓

...ข้าวสวย ผัดผักทองใส่ไข่ แกงจืดผักกาดหมู+ ผลไม้ (ส้มเขียวหวาน) จำนวน ๒๖ ชุด

ศพต.อบต.เขาขาว สังกัด อบต.เขาขาว



19 พฤษภาคม 63



เมนูอาหารประจำวันพุธที่ ๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๓

...หมีหูนั้ ไก่ตุ๋น + ผลไม้ (แก้วมังกร) จำนวน ๒๖ ชุด

ศพต.อบต.เขาขาว สังกัด อบต.เขาขาว



20 พฤษภาคม 63



เมนูอาหารประจำวันพฤหัสบดีที่ ๒๑ พฤษภาคม ๒๕๖๓
...ข้าวสวย กะเพราไก่ ไช้ดาว+ ผลไม้ (มะม่วง) จำนวน ๒๖ ชุด
ศพต.อบต.เขาขาว สังกัด อบต.เขาขาว



21 พฤษภาคม 63



เมนูอาหารประจำวันศุกร์ที่ ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๖๓
... ข้าวผัดหมูใส่ไข่ ใส่ผัก แกงจืดเต้าหู้หมูสับ + ผลไม้ (แตงโม) จำนวน ๒๖ ชุด
ศพต.อบต.เขาขาว สังกัด อบต.เขาขาว



22 พฤษภาคม 63



เมนูอาหารประจำวันจันทร์ที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๕๖๓
...ข้าวสวย ผัดถั่วงอก แกงจืดผักรวมหมู+ ผลไม้ (ส้มเขียวหวาน) จำนวน ๒๖ ชุด
ศพต.อบต.เขาขาว สังักัด อบต.เขาขาว

25 พฤษภาคม 63



เมนูอาหารประจำวันอังคารที่ ๒๖ พฤษภาคม ๒๕๖๓
...ข้าวสวย ไข่พะโล้ ผัดผักกาดใส่ไข่+ ผลไม้ (ฝรั่ง) จำนวน ๒๖ ชุด
ศพต.อบต.เขาขาว สังักัด อบต.เขาขาว

26 พฤษภาคม 63



เมนูอาหารประจำวันพุธที่ ๒๓ พฤษภาคม ๒๕๖๓
 ...เส้นใหญ่ผัดซีอิ้ว แกงจืดผักกาดขาวลูกชิ้น หมูสับ +ผลไม้ (เงาะ) จำนวน ๒๖ ชุด
 ศพด.อบต.เขาขาว สังกัด อบต.เขาขาว



27 พฤษภาคม 63



เมนูอาหารประจำวันพฤหัสบดีที่ ๒๔ พฤษภาคม ๒๕๖๓
 ...ข้าวสวย ต้มผักเขียวใส่ไก่ แดงกวาผัดไข่+ แชนวีซ จำนวน ๒๖ ชุด
 ศพด.อบต.เขาขาว สังกัด อบต.เขาขาว



28 พฤษภาคม 63



เมนูอาหารประจำวันศุกร์ที่ ๒๙ พฤษภาคม ๒๕๖๓
...ข้าวสวย ผัดมันแกวไก่ แกงเลียงผักรวมกึ่งแห้ง + ผลไม้ (แตงโม) จำนวน ๒๖ ชุด
ศพต.อบต.เขาขาว สังกัด อบต.เขาขาว



29 พฤษภาคม 63