

เมนูหลัก – เมษายน – ตุลาคม 2018

|  | วันจันทร์  | วันอังคาร   | วันพุธ  | วันพฤหัสบดี   | วันศุกร์   |
|--|--|---|---|---|--|
| <b>สัปดาห์ที่ 1</b><br>16 เมษายน<br>7 พฤษภาคม<br>4 มิถุนายน<br>25 มิถุนายน<br>16 กรกฎาคม<br>17 กันยายน<br>8 ตุลาคม | ไส้กรอกในแป้งสาลีอบ ซอสเซจ โรล เครื่องเคียงมะเขือเทศ เรลลิช มันฝรั่งบด | เนื้ออบ และ ยอร์คเชียร์ พุดดิ้ง                               | บาร์บีคิวเนื้อไก่ล้วน มันฝรั่งลูกเต๋าคลุกผักสมุนไพรอบ | ไก่จวงในน้ำซอสพริกเปรี้ยวหวาน ข้าว                            | ปลาพีช ฟิงเกอร์อบ กับ ซอสมะเขือเทศ มันฝรั่งทอด   |
|  | แกงมันฝรั่งสวีทโปเตโต้ กับ ถั่วเส้นทึล ขนมปังงาขาว                     | ควอรัน นักเก็ตส์ (วีแกน มังสวิรัต)                            | พิชซ่า  | ไส้กรอกมังสวิรัต กับ น้ำเกรวี่ มันฝรั่งบด                     | ลาซานยาผัก ขนมปังกระเทียม                        |
|  | ข้าวโพดหวาน ถั่วแขก  | มันฝรั่งอบ ผักรวม บรอกโคลี, แครร์รอด กับ กระหล่ำดอก น้ำเกรวี่ | ข้าวโพดหวาน เม็ดถั่วพีส์                              | บรอกโคลี กระหล่ำดอก   | เม็ดถั่วอบ เบคบี็นส์ เม็ดถั่วพีส์                |
|  | ไอสกريمة, ผลไม้ปั่นสมูทตี้, ไอติม เสียนไม้ รสแอปเปิ้ล                  | บิสกิตชิ้นเล็ก และ ผลไม้แวน                                   | ขนมแพลพแจคส์ผลไม้                                     | เจลลี่, แองเจิล ดีไลท์, โยเกิร์ต, ผลไม้สด                     | มัพฟิน มะนาว                                     |
| <b>สัปดาห์ที่ 2</b><br>23 เมษายน<br>14 พฤษภาคม<br>11 มิถุนายน<br>2 กรกฎาคม<br>3 กันยายน<br>24 กันยายน<br>15 ตุลาคม | พาสต้า โบโลกเนสเนื้อ อบ ขนมปังกระเทียม แห่ง                            | ไก่อบ กับ น้ำเกรวี่ มันฝรั่งอบ                                | ผักรวมกับเครื่องเทศอบ ทาจีน คัส คัส ผสมผักอัญญาณี     | ไก่, ผัก และ มันฝรั่ง อบ                                      | ปลาซุบแห้ง กับซอสมะเขือเทศ มันฝรั่งทอด ชีพส์     |
|  | พิฟ มังสวิรัต มันฝรั่งบด   | บรอกโคลี กับ กระหล่ำดอก อบ ขนมปังมะเขือเทศ โคลชลอร์           | พิชซ่า  | พาสต้าอิตาเลียนมะเขือเทศ ขนมปังกระเทียม แห่ง                  | พาลาโพล ห่อ กับซอสมะเขือเทศสด และ สลัดรวม        |
|  | ผักสามชนิด เม็ดถั่วอบ เบคบี็นส์  | แครร์รอดสลูกเต๋าทั่วแขก                                       | ถั่วแขก ข้าวโพดหวาน                                   | บรอกโคลี แครร์รอดส์ แห่ง                                      | เม็ดถั่วพีส์ ข้าวโพดหวาน กับ พริกหวานรวม         |
|  | ไอสกريمة, ผลไม้ปั่นสมูทตี้, ไอติม เสียนไม้ รสแอปเปิ้ล                  | บิสกิตชิ้นเล็ก กับ ผลไม้แวน                                   | แครร์รอด เค้ก   | เจลลี่, แองเจิล ดีไลท์, โยเกิร์ต, ผลไม้สด                     | ซ็อคโกแลต วัตต์ดีคูกี้                           |
| <b>สัปดาห์ที่ 3</b><br>30 เมษายน<br>21 พฤษภาคม<br>18 มิถุนายน<br>9 กรกฎาคม<br>10 กันยายน<br>1 ตุลาคม               | ปลาซาลมอนซุบแห้งทอด มันฝรั่ง ที่จัดให้วันนี้                           | เนื้อหมูอบ กับ น้ำเกรวี่ มันฝรั่งอบ                           | แกงไก่รสเปรี้ยว แห่งก็ ซิกเกิน ขนมปังงาขาว ข้าว       | ไส้กรอกหมู อบ มันฝรั่งแวน                                     | ปลาพีช ฟิงเกอร์อบ ซอสมะเขือเทศ มันฝรั่งทอด ชีพส์ |
|  | มักกาโรนี ชีส ขนมปังกระเทียม แห่ง                                      | ควอรันพาสต้ามะเขือเทศ อบ                                      | พิชซ่า โคลชลอร์                                       | ลูกชิ้นมังสวิรัตในซอสมะเขือเทศ กับ พาสต้า ขนมปังกระเทียม แห่ง | แพลน ถั่วเส้นทึล แดง มันฝรั่งนิว โปเตโต้ส์       |
|  | เม็ดถั่วพีส์   | ผักรวม บรอกโคลี, แครร์รอด กับ กระหล่ำดอก                      | ถั่วแขก แครร์รอดลูกเต๋าทั่ว                           | บรอกโคลี แครร์รอดส์   | ถั่วอบ เบคบี็นส์ เม็ดถั่วพีส์                    |
|  | ไอสกريمة, ผลไม้ปั่นสมูทตี้, ไอติม เสียนไม้ รสแอปเปิ้ล                  | บิสกิตชิ้นเล็ก กับ ผลไม้แวน                                   | บราวนี่   | เจลลี่, แองเจิล ดีไลท์, โยเกิร์ต, ผลไม้สด                     | ชีส กับ แอปเปิ้ล แวน                             |

ขอเพิ่มขนมปังและสลัดตามฤดูกาลที่เสิร์ฟพร้อมอาหารได้  
 มีผลไม้สด, ถ้วยผลไม้, ออแกนิก โยเกิร์ต, ถ้วยข้าวสวย, ชีส กับ บิสกิตส์ จัดสรรไว้ในแต่ละวัน