



รายการอาหารเดือนพฤษภาคม 2561
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลบัวทอง

ลำดับ	วันที่	รายการอาหาร	อาหารว่าง	ส่วนประกอบที่สำคัญ
1	1	1.ข้าวสวย 2.ต้มจืดตำลึงหมูสับใส่เต้าหู้ไข่ 3.ผัดกระเพราไก่ 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,หมูสับ,เต้าหู้ไข่,เนื้อไก่,ตำลึง, ต้นหอม,ผักชี,แครอท,พริกแดง,หอมหัวใหญ่ ,ใบกระเพรา,เครื่องปรุง
2	2	1.ข้าวสวย 2.แกงผักทองใส่ไก่ 3.กุนเชียงทอด 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,กุนเชียง,พริกแกง,กะทิ,ใบ โหระพา,ผักทอง, น้ำมัน,เครื่องปรุง
3	3	1.ข้าวสวย 2.พะโล้หมูใส่ไข่ 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,ไข่ไก่เบอร์1,หมูสามชั้น,เลือดไก่ ,เครื่องพะโล้,ผักชี เครื่องปรุง
4	4	1.ข้าวมันไก่ 2.น้ำซุบปีกไก่บน 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,ปีกไก่บน,ขิง,แตงกวา,น้ำจิ้ม, ต้นหอม,ผักชี,พริกเขียว,เครื่องปรุง
5	7	1.ข้าวต้มหมู 2.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมปังทา แยม	ข้าวสาร,หมูสับ,ต้นหอม,ผักชี,กระเทียมเจียว ,เครื่องปรุง
6	8	1.ข้าวสวย 2.ต้มจืดผักกาดขาวใส่ลูกชิ้นหมู 3.ผัดกะหล่ำปลีใส่ปลั้คกี้ 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,ลูกชิ้นหมู,ปลั้คกี้,ผักกาดขาว, ต้นหอม,ผักชี,กระตูดหมู,กะหล่ำปลี,พริก แดง,น้ำมัน,เครื่องปรุง
7	9	1.ข้าวสวย 2.แกงสาวยั่วใส่ปลาหู 3.กุ้งชุบแป้งทอด 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,ปลาหู,กุ้ง,สาวยั่ว,กะทิ,พริกแกง,ใบ แมงลัก,แป้งทอดกรอบ,น้ำมัน,เครื่องปรุง
8	10	1.ข้าวสวย 2.ต้มยำทะเล 3.ไข่เจียวหมูสับ	ขนมไทย	ข้าวสาร,กุ้ง,หอย,ปลาหมึก,หมูสับ,ข้า,ตะไคร้ ,ใบมะกรูด,พริกแดง,ไข่ไก่,น้ำมัน,เครื่องปรุง

		4.ผลไม้ตามฤดูกาล		
9	11	1.กล้วยเดี่ยวปึกไก่อบน 2.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	เส้นหมี่,ปึกไก่อบน,ถั่วอก,ผักบั้ง,ตับ, กระเทียมเจียว,เครื่องปรุง,ต้นหอม,ผักชี
10	15	1.ข้าวสวย 2.ต้มจืดสาหร่ายใส่วุ้นเส้น 3.พะแนงหมู 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,หมูสับ,เนื้อหมู,สาหร่าย,วุ้นเส้น, ต้นหอม,ผักชี,กะทิ,พริกแกง,มะเขือ ,เครื่องปรุง
11	16	1.ข้าวสวย 2.แกงฟักใส่ไก่ 3.เนื้อปลาชุบแป้งทอด 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,เนื้อปลา,กะทิ,พริกแกง,ใบ แมงลัก,ฟักเขียว,แป้งทอดกรอบ,น้ำมัน ,เครื่องปรุง
12	17	1.ข้าวสวย 2.พะโล้หมูใส่ไข่ 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,ไข่ไก่เบอร์1,หมูสามชั้น,เลือดไก่ ,เครื่องพะโล้,ผักชี เครื่องปรุง
13	18	1.ข้าวมันไก่กรอบ 2.น้ำซุบปึกไก่อบน 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,ปึกไก่อบน,ซิง,แตงกวา,น้ำจิ้ม, ต้นหอม,ผักชี,ฟักเขียว,เครื่องปรุง
14	21	1.ข้าวต้มเนื้อปลานิล 2.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมปังทา แยม	ข้าวสาร,ปลานิล,ต้นหอม,ผักชี, กระเทียมเจียว,เครื่องปรุง
15	22	1.ข้าวสวย 2.ต้มเลือดหมู 3.ผัดกระเพราไก่ 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,หมูแดง,เลือดหมู,เนื้อไก่,ผักสลัด, ตำลึง,ตับตั้งโอ้,ต้นหอม,หอมหัวใหญ่,น้ำมัน. พริกแดง,เครื่องปรุง
16	23	1.ข้าวสวย 2.แกงฟักใส่หมู 3.ไข่ตุ๋นผักใส่หมูสับ 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อหมู,หมูสับ,ไข่ไก่,กะทิ,พริกแกง ,ใบแมงลัก,ฟักเขียว,ผักทอง,มะเขือเทศ, ต้นหอม,เครื่องปรุง
17	24	1.ข้าวสวย 2.ต้มแช่กระดูกซี่โครงหมู 3.ไข่เจียวกุ้งสับ 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,กระดูกหมู,กุ้ง,ไข่ไก่,ข้าว.ตะไคร้,ใบ มะกรูด.พริกแดง,ใบกระเพรา,น้ำมัน ,เครื่องปรุง
18	25	1.กล้วยเดี่ยวลูกขึ้นปลา 2.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	เส้นหมี่,ลูกขึ้นปลา,ถั่วอก,ผักบั้ง,ตับ, กระเทียมเจียว,เครื่องปรุง,ต้นหอม,ผักชี

19	28	1.ข้าวต้มทะเล 2.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมปังทา แยม	ข้าวสาร,หอย,ปลาหมู,กุ้ง,ต้นหอม,ผักชี, กระเทียมเจียว,เครื่องปรุง
20	30	1.ข้าวสวย 2.แกงเขียวหวานไก่ 3.หมวยอบแห้งทอด 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,หมวย,พริกแกง,กะทิ,มะเขือ ,ใบโหระพา,แป้งทอดกรอบ,น้ำมัน ,เครื่องปรุง
21	31	1.ข้าวสวย 2.พะโล้หมูใส่ไข่ 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,ไข่ไก่เบอร์1,หมูสามชั้น,เลือดไก่ ,เครื่องพะโล้,ผักชี เครื่องปรุง