



รายการอาหารเดือนมิถุนายน 2561
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลบัวทอง

ลำดับ	วันที่	รายการอาหาร	อาหารว่าง	ส่วนประกอบที่สำคัญ
1	1	1. ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้นหมู 2. ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	เส้นหมี่, เนื้อหมู, ถั่วงอก, ผักบั้ง, ตับ, ลูกชิ้นหมู, กระเทียมเจียว, เครื่องปรุง, ต้นหอม, ผักชี
2	4	1. ข้าวผัดไข่ใส่หมูสับ 2. น้ำชุบปีกไก่บน 3. ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมปังทาแยม	ข้าวสาร, หมูสับ, ไข่ไก่, แครอท, ต้นหอม, ผักชี, พริกเขียว, กระจุกซีโครงหมู, น้ำมันพืช, เครื่องปรุง
3	5	1. ข้าวสวย 2. ต้มจืดผักกาดขาวใส่หมูแดงใส่ ตับหมู 3. หมูผัดผงกระหรี่ 4. ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร, หมูแดง, เนื้อหมู, ผักกาดขาว, ต้นหอม, ผักชี, ตั้งโอ๋, พริกแดง, ไข่ไก่, หอมหัวใหญ่, เครื่องปรุง
4	6	1. ข้าวสวย 2. ต้มข้าวไก่ 3. ไข่เจียวหมูสับ 4. ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร, เนื้อไก่, หมูสับ, ไข่ไก่, ข้าว, ตะไคร้, ใบมะกรูด, กะทิ, พริกแดง, มะเขือเทศ, เห็ด, เครื่องปรุง
5	7	1. ข้าวสวย 2. ต้มยำไข่ปลา 3. กุ้งชุบแป้งทอด 4. ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร, ไข่ปลา, กุ้ง, ข้าว, ตะไคร้, ใบมะกรูด, พริกแดง, มะเขือเทศต้นหอม, ผักชี, ผักชีฝรั่ง, เครื่องปรุง
6	8	1. ข้าวมันไก่ 2. น้ำชุบปีกไก่บน 3. ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร, เนื้อไก่, ปีกไก่บน, ขิง, แดงกวา, น้ำจิ้ม, ต้นหอม, ผักชี, พริกเขียว, เครื่องปรุง
7	11	1. ข้าวผัดกุนเชียง 2. น้ำชุบกระตือมู 3. ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมปังทาแยม	ข้าวสาร, กุนเชียง, ไข่ไก่, แครอท, ต้นหอม, ผักชี, พริกเขียว, กระจุกซีโครงหมู, น้ำมันพืช, เครื่องปรุง
8	12	1. ข้าวสวย 2. ต้มจืดแตงกวายัดไส้หมูสับ 3. ผัดเปรี้ยวหวานเนื้อปลานิล	ขนมไทย	ข้าวสาร, หมูสับ, เนื้อปลานิล, แดงกวา, วัุ้นเส้น, ต้นหอม, ผักชี, สับปะรด, มะเขือเทศ, หอมหัวใหญ่, แดงกวา, เครื่องปรุง

		4.ผลไม้ตามฤดูกาล		
9	13	1.ข้าวสวย 2.พะแนงไก่ 3.หมวยอชูปแป้งทอด 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,หมวยอ,กะทิ,พริกแกง,มะเขือ,เครื่องปรุง
10	14	1.ข้าวสวย 2.พะโล้ปีกไก่บนใส่ไข่ 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวกล้อง,ไข่ไก่เบอร์1,ปีกไก่บน,เลือดไก่,เครื่องพะโล้,ผักชี,เครื่องปรุง
11	15	1.ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้นหมู 2.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	เส้นหมี่,เนื้อหมู,ถั่วงอก,ผักบุ้ง,ตับ,ลูกชิ้นหมู,กระเทียมเจียว,เครื่องปรุง,ต้นหอม,ผักชี
12	18	1.ข้าวผัดปลีคัก 2.น้ำซุบปีกไก่บน 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมปังทาแยม	ข้าวสาร,ปลีคัก,ไข่ไก่,แครอท,ต้นหอม,ผักชี,พริกเขียว,กระดุกซีโครงหมู,น้ำมันพืช,เครื่องปรุง
13	19	1.ข้าวสวย 2.ต้มจืดลูกรอกใส่ผักกาดใส่หมูสับ 3.ผัดกระเพราหมู 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,ลูกรอก,หมูสับ,แครอท,ผักกาดขาว,ต้นหอม,ผักชี,ใบกระเพรา,หอมหัวใหญ่,พริกแดง,เครื่องปรุง
14	20	1.ข้าวสวย 2.แกงฟักทองใส่หมู 3.ไข่เจียวกุ้งสับ 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อหมู,กุ้ง,ปลาหมึก,หมวยอ,ข้า,ตะไคร้,ใบมะกรูด,พริกแดง,มะเขือเทศต้นหอม,ผักชี,น้ำมัน,เครื่องปรุง
15	21	1.ข้าวสวย 2.ต้มยำทะเลใส่เห็ดนางฟ้า 3.ไข่ตุ๋นใส่ผักใส่หมูสับ 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,หอย,กุ้ง,ปลาหมึก,หมวยอ,ข้า,ตะไคร้,ใบมะกรูด,พริกแดง,มะเขือเทศต้นหอม,ผักชี,ผักชีฝรั่ง,เครื่องปรุง
16	22	1.ข้าวมันไก่กรอบ 2.น้ำซุบปีกไก่บน 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,ปีกไก่บน,ซิง,แตงกวา,น้ำจิ้ม,ต้นหอม,ผักชี,พริกเขียว,เครื่องปรุง
17	25	1.ข้าวผัดปูอัด 2.น้ำซุบกระดุกซีโครงหมู 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมปังทาแยม	ข้าวสาร,ปูอัด,ไข่ไก่,แครอท,ต้นหอม,ผักชี,พริกเขียว,กระดุกซีโครงหมู,น้ำมันพืช,เครื่องปรุง
18	26	1.ข้าวสวย 2.ต้มจืดวุ้นเส้นใส่หมู 3.ผัดพริกแกงหมูใส่ถั่วงอก	ขนมไทย	ข้าวสาร,หมูสับ,วุ้นเส้น,ต้นหอม,ผักชี,พริกแกง,ถั่วงอก,เครื่องปรุง

		4.ผลไม้ตามฤดูกาล		
19	27	1.ข้าวสวย 2.แกงพริกเขียวใส่ไก่ 3.เนื้อปลาซุบแป้งทอด 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,เนื้อปลา,พริกแกง,กะทิ,ใบ แมงลัก,พริกเขียว,แป้งทอดกรอบ,น้ำมัน ,เครื่องปรุง
20	28	1.ข้าวสวย 2.พะโล้หมูใส่ไข่ 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวกล้อง,ไข่ไก่เบอร์1,หมูสามชั้น,เลือดไก่ ,เครื่องพะโล้,ผักชี ,เครื่องปรุง
21	29	1.ก๋วยเตี๋ยวปีกไก่บน 2.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	เส้นหมี่,ปีกไก่บน,ถั่วงอก,ผักบุ้ง,ตับ, กระเทียมเจียว,เครื่องปรุง,ต้นหอม,ผักชี