



รายการอาหารเดือนกันยายน 2561
ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลบัวทอง

ลำดับ	วันที่	รายการอาหาร	อาหารว่าง	ส่วนประกอบที่สำคัญ
1	3	1.ข้าวผัดไข่ใส่หมูสับ 2.น้ำซุสปีกไก่บน 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมปังทาแยม	ข้าวสาร,หมูสับ,ไข่ไก่,แครอท,ต้นหอม,ผักชี,ผัก เขียว,กระดุกซี่โครงหมู,น้ำมันพืช,เครื่องปรุง
2	4	1.ข้าวสวย 2.ต้มจืดตำลึงหมูสับใส่เต้าหู้ไข่ 3.ผัดกระเพราไก่ 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,หมูสับ,เต้าหู้ไข่,เนื้อไก่,ตำลึง,ต้นหอม, ผักชี,แครอท,พริกแดง,หอมหัวใหญ่,ใบกระ เพรา,เครื่องปรุง
3	5	1.ข้าวสวย 2.แกงฟักทองใส่ไก่ 3.กุนเชียงทอด 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,กุนเชียง,พริกแกง,กะทิ,ใบ โหระพา,ฟักทอง, น้ำมัน,เครื่องปรุง
4	6	1.ข้าวสวย 2.พะโล้หมูใส่ไข่ 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,ไข่ไก่เบอร์1,หมูสามชั้น,เลือดไก่,เครื่อง พะโล้,ผักชี เครื่องปรุง
5	7	1.ข้าวมันไก่ 2.น้ำซุสปีกไก่บน 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,ปีกไก่บน,ซิง,แตงกวา,น้ำจิ้ม, ต้นหอม,ผักชี,ผักเขียว,เครื่องปรุง
6	10	1.ข้าวผัดกุนเชียง 2.น้ำซุปรกระดุกหมู 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมปังทาแยม	ข้าวสาร,กุนเชียง,ไข่ไก่,แครอท,ต้นหอม,ผักชี ,ผักเขียว,กระดุกซี่โครงหมู,น้ำมันพืช ,เครื่องปรุง
7	11	1.ข้าวสวย 2.ต้มจืดผักกาดขาวใส่ลูกชิ้นหมู 3.ผัดกะหล่ำปลีใส่ปลั้คกี้ 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,ลูกชิ้นหมู,ปลั้คกี้,กระดุกหมู, ผักกาดขาว,แครอท,ต้นหอม,ผักชี,กะหล่ำปลี ,พริกแดง,น้ำมัน,เครื่องปรุง
8	12	1.ข้าวสวย 2.พะแนงไก่ 3.กุ้งชุบแป้งทอด	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,กุ้ง,มะเขือ,กะทิ,พริกแกง,แป้ง ทอดกรอบ,เครื่องปรุง

		4.ผลไม้ตามฤดูกาล		
9	13	1.ข้าวสวย 2.แกงส้มผักรวม 3.ไข่เจียวหมูสับ 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนือปลา,หมูสับ,ไข่ไก่,กะหล่ำปลี, แครอท,หัวไชเท้า,กะหล่ำดอก,พริกแกงส้ม, น้ำมัน,เครื่องปรุง
10	14	1.ก๋วยเตี๋ยวก๋วยไก่บน 2.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	เส้นหมี่,ปึกไก่บน,ถั่วงอก,ผักบุ้ง,ตับ, กระเทียมเจียว,เครื่องปรุง,ต้นหอม,ผักชี
11	17	1.ข้าวผัดบิลคัก 2.น้ำซุบปึกไก่บน 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมปังทาแยม	ข้าวสาร,บิลคัก,ไข่ไก่,แครอท,ต้นหอม,ผักชี,ผัก เขียว,กระดุกชีโครงหมู,น้ำมันพืช,เครื่องปรุง
12	18	1.ข้าวสวย 2.ต้มจืดสาหร่ายใส่วุ้นเส้น 3.พะแนงหมู 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,หมูสับ,เนื้อหมู,สาหร่าย,วุ้นเส้น, ต้นหอม,ผักชี,มะเขือ,กะทิ,พริกแกง,เครื่องปรุง
13	19	1.ข้าวสวย 2.แกงผักใส่ไก่ 3.เนื้อปลาซุบแป้งทอด 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,เนื้อปลา,พริกแกง,กะทิ,ใบแมง ,ผักเขียว,แป้งทอดกรอบ,น้ำมัน,เครื่องปรุง
14	20	1.ข้าวสวย 2.พะโล้หมูใส่ไข่ 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,ไข่ไก่เบอร์1,หมูสามชั้น,เลือดไก่,เครื่อง พะโล้,ผักชี ,เครื่องปรุง
15	21	1.ข้าวมันไก่กรอบ 2.น้ำซุบปึกไก่บน 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,ปึกไก่บน,ซิง,แตงกวา,น้ำจิ้ม, ต้นหอม,ผักชี,ผักเขียว,เครื่องปรุง
16	24	1.ข้าวผัดปูอัด 2.น้ำซุบกระดุกชีโครงหมู 3.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมปังทาแยม	ข้าวสาร,ปูอัด,ไข่ไก่,แครอท,ต้นหอม,ผักชี,ผัก เขียว,กระดุกชีโครงหมู,น้ำมันพืช,เครื่องปรุง
17	25	1.ข้าวสวย 2.ต้มเลือดหมู 3.ผัดกระเพราไก่ 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,หมูแดง,เนื้อไก่,เลือดหมู,ตับ,ตำลึง,ผัก สลัด,ตั้งโอ้,หอมหัวใหญ่,ใบกระเพรา,พริกแดง, ต้นหอม,ผักชี,เครื่องปรุง
18	26	1.ข้าวสวย 2.แกงเขียวหวานใส่ไก่ 3.หมูยอซุบแป้งทอด 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,หมูยอ,กะทิ,พริกแกง,มะเขือ ,ใบโหระพา,แป้งทอดกรอบ

19	27	1.ข้าวสวย 2.ต้มยำไก่ 3.ไข่เจียวกุ้งสด 4.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	ข้าวสาร,เนื้อไก่,กุ้ง,ไข่ไก่,เห็ด,ข้าว,ตะไคร้,ใบมะกรูด,พริกแดง,ใบกระเพรา,มะเขือเทศ,เครื่องปรุง
20	28	1.ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้นปลา 2.ผลไม้ตามฤดูกาล	ขนมไทย	เส้นหมี่,ลูกชิ้นปลา,ถั่วงอก,ผักบุ้ง,ตับ,กระเทียมเจียว,เครื่องปรุง,ต้นหอม,ผักชี