



เมนูอาหารกลางวัน สำหรับชั้น Year 3-13 (ตุลาคม-พฤศจิกายน 2025)

วัน วันที่	จันทร์ 3/11/2025	อังคาร 4/11/2025	พุธ 1/10/2025, 5/11/2025	พฤหัสบดี 2/10/2025, 6/11/2025	ศุกร์ 3/10/2025, 7/11/2025
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	มักกะโรนีอบไส้ไก่	สเต็กหมูซอสเกรวี่	ไก่ทอดขนิทเชิล	ซีสลัดคอนคาเน่หมู	ไก่อบเครื่องเทศอิตาเลียน
เมนูมังสวิรัต	มักกะโรนีอบ	แกงผักรวมแบบอินเดีย	ผักรวมอบคาสโรล	มันเส้นวอบเครื่องเทศ	ซูปมะเขือเทศ
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง	ผักรวมและเห็ดผัดเนย				
เครื่องเคียง					
เมนูไทย	ต้มจืดหน่อไม้สดใส่หมูหัน	ไก่ผัดขอสศรราชาน้ำผึ้ง	หมูผัดพริกแกงถั่วฝักยาว	ไก่ทอด	แกงคั่วสับปะรดหมู
เมนูไทย	ยำรวมมิตรมังสวิรัต	พริกทองผัดใบโหระพา	เห็ดกรอบขอสสามรส	ไข่พะโล้เต้าหู้	ผัดผักรวมมิตรใส่เห็ด
เมนูไทยมังสวิรัต	เต้าหู้ผัดขอสกระเทียม	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ต้มจืดไข่น้ำผักรวม	กะหล่ำปลีผัดกระเทียมใส่เต้าหู้	ข้าวผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้
ก๋วยเตี๋ยว		ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ		บะหมี่น้ำหมูแดง	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล
วัน วันที่	จันทร์ 6/10/2025, 10/11/2025	อังคาร 7/10/2025, 11/11/2025	พุธ 8/10/2025, 12/11/2025	พฤหัสบดี 9/10/2025, 13/11/2025	ศุกร์ 10/10/2025, 14/11/2025
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	ไก่ทอดสูตรเชฟ	หมูผัดซิงสไคส์ญี่ปุ่น	ปลาซุซเกิลัดขมบึงทอด	พาสต้าโบโลเนสหมู/ พาสต้าบิลิตานา	ไก่ทอดทรงคัส
เมนูมังสวิรัต	ซูปเต้าหู้กิมจิ	เกรวี่ถั่วลูกไก่แบบอินเดีย	ข้าวโพดผัดเนย	ข้าวผัดเสฉวน	แกงกะหรี่ญี่ปุ่น
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง			เฟรนช์ฟรายส์		
เครื่องเคียง	ไข่ดาว				
เมนูไทย	ผัดกะเพราหมูสับ	แกงเขียวหวานไก่ใส่ผง	ข้าวหมกไก่	ไก่ผัดพริกหวาน	ลาบหมู
เมนูไทย	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	บวบผัดไข่	ต้มข่าเห็ดผักรวม	ไข่เจียวใส่ต้นหอม	ผัดผักรวมมิตรใส่โปรตีนเกษตร
เมนูไทยมังสวิรัต	หมีขาวผัดซีอิ๊วใส่ไข่	เต้าหู้ผัดคื่นช่ายต้นหอม	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	มันมันเจ	ผัดไทย
ก๋วยเตี๋ยว		ก๋วยเตี๋ยวไก่ฉีก		ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นมะระ	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล



เมนูอาหารกลางวัน สำหรับชั้น Year 3-13 (ตุลาคม-พฤศจิกายน 2025)

วัน วันที่	จันทร์ 20/10/2025, 17/11/2025	อังคาร 21/10/2025, 18/11/2025	พุธ 22/10/2025, 19/11/2025	พฤหัสบดี 20/11/2025	ศุกร์ 21/11/2025
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	ไก่มะนาวสไลด์กรีก	หมูขบเกล็ดขนมปังทอด	พาสต้าผัดไก่	ไก่ย่างซอสยาคิโทริ	ข้าวยาเกาหลี (บิ빔บับหมู)
เมนูมังสวิรัต	เต้าหู้ผัดพริกไทยสไลด์จีน	เกรวี่ถั่วแดงแบบอินเดีย	พาสต้าผัดมะเขือเทศผักโขม	เกรวี่มันฝรั่งเครื่องเทศอินเดีย	ซูปฟักทอง
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย	แกงเทโพหมู	แกงหน่อไม้สดใส่ไก่	หมูกระเทียม	ผัดกะหล่ำปลีหมูกรอบ	ไก่ทอด
เมนูไทย	ยำไข่ดาว	ผัดผักบุ้งไฟแดง	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ต้มยำเห็ดรวมน้ำใส	เต้าหู้มาโป
เมนูไทยมังสวิรัต	ผัดผักรวมมิตรใส่เห็ดออเรนจิ	เต้าหู้ซอสเปรี้ยวหวานคลุกงา	ไข่พะโล้เต้าหู้	ข้าวผัดผักรวมใส่เต้าหู้	ผัดผักรวมมิตรใส่โปรตีนเกษตร
ก๋วยเตี๋ยว		ก๋วยเตี๋ยวไก่ฉีก		บะหมี่น้ำหมูแดง	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล

วัน วันที่	จันทร์ 27/10/2025, 24/11/2025	อังคาร 28/10/2025, 25/11/2025	พุธ 29/10/2025, 26/11/2025	พฤหัสบดี 30/10/2025, 27/11/2025	ศุกร์ 31/10/2025, 28/11/2025
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	หมูทอดสูตรเซฟ	ไก่ผัดสไลด์เสฉวน (ไก่กังเปา)	ไก่มอบซอสเทรียกิกิ	หมูผัดกิมจิ	ไก่ทอดซอสเกาหลี
เมนูมังสวิรัต	ซูปผักกะโรนี	ข้าวคลุกซอสมะขามแบบอินเดีย	พาสต้าผัดกระเทียมน้ำมันมะกอก (อะกลีโอ ออลิโอ)	มันอบเครื่องเทศอินเดีย (จีราอาลู)	ซูปครีมข้าวโพด
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย	ผัดเปรี้ยวหวานไก่	หมูแดง ไข่ต้ม	คะน้าหมูกรอบ	ไก่คั่วเค็ม	ต้มข้าวไก่ใส่เห็ด
เมนูไทย	ผัดผักรวมมิตรใส่เห็ดออเรนจิ	มะเขือเทศผัดไข่สไลด์จีน	ไข่เจียวใส่ต้นหอม	ไข่ลูกเขย	ผักกาดขาวผัดไข่
เมนูไทยมังสวิรัต	สปาเก็ตตี้ผัดชีสมาใส่เต้าหู้	เต้าหู้ผัดคื่นช่ายต้นหอม	ข้าวผัดผักรวมใส่โปรตีนเกษตร	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	เส้นใหญ่ผัดชีวีวใส่เต้าหู้
ก๋วยเตี๋ยว		ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ		ข้าวซอยไก่ ข้าวซอยเต้าหู้	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล