



เมนูอาหารกลางวัน สำหรับชั้น Year 3-13 (มีนาคม-เมษายน 2026)

วัน วันที่	จันทร์ 2/3/2026, 30/3/2026	อังคาร 31/3/2026	พุธ 4/3/2026, 1/4/2026	พฤหัสบดี 5/3/2026, 2/4/2026	ศุกร์ 6/3/2026
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	ไก้อบซอสสับปะรดฟิลิปปินส์ (ไก้ฮาโมนาโต้)	หมูผัดซิงส์โตลญี่ปุ่น	ปลาซุบเกล็ดขนมปังทอด	พาสต้าโบโลเนสหมู/ พาสต้าบิลลิทานา	ไก่ทอดทรงคัตลี
เมนูมังสวิรัต	ผักรวมอบคาสโรล	ข้าวผัดเสฉวน	ข้าวโพดผัดเนย	เกรวี่ถั่วลูกไก่แบบอินเดีย	แกงกะหรี่ญี่ปุ่น
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องดื่ม			เฟรนช์ฟรายส์		
เครื่องดื่ม	ไข่ดาว				
เมนูไทย	ผัดกะเพราหมูสับ	ซูปมันฝรั่งแครอทใส่ไก่	ไก่คั่วเค็ม	แพนงหมู	แกงคั่วสับปะรดหมู
เมนูไทย	ต้มยำเห็ดรวมน้ำข้น	ผัดหวานผัดไข่	แกงเขียวหวานมังสวิรัต	ไข่ลูกเขย	คะน้าผัดซอสเห็ดหอมใส่ เห็ดออเรนจ์
เมนูไทยมังสวิรัต	หมีขาวผัดซีอิ้วใส่ไข่	เต้าหู้ผัดถั่วงอก	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ผัดผักรวมมิตรใส่โปรตีน เกษตร	ผัดหมีขั้วใส่เต้าหู้
ก๋วยเตี๋ยว		ก๋วยเตี๋ยวไก่จีก		ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นมะระ	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล
วัน วันที่	จันทร์ 9/3/2026, 20/4/2026	อังคาร 10/3/2026, 21/4/2026	พุธ 11/3/2026, 22/4/2026	พฤหัสบดี 12/3/2026, 23/4/2026	ศุกร์ 13/3/2026, 24/4/2026
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	ไก่ทอดสูตรเซฟ	หมูซุบเกล็ดขนมปังทอด	พาสต้าผัดไก่ใส่ผักโขม	ไก่ย่างซอสยาคิโทริ	ข้าวยาเกาหลี (บิ빔บับหมู)
เมนูมังสวิรัต	แกงถั่วเขียวสูตรเซฟ	ข้าวหมกเครื่องเทศอินเดีย (พูเลา)	พาสต้าผัดมะเขือเทศใส่ผัก โขม	เกรวี่มันฝรั่งเครื่องเทศอินเดีย	ซูปผักทอง
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องดื่ม					
เครื่องดื่ม					
เมนูไทย	หมูผัดกะปิ	ต้มขาไก่ใส่เห็ด	ผัดกะหล่ำปลีหมูกรอบ	หมูผัดซิง	ไก่ทอด
เมนูไทย	ผัดวันเส้นใส่ไข่	ผัดผักรับไฟแดง	ลาบเห็ดรวม	รากบัวผัดซอสญี่ปุ่น	จู้จี้เต้าหู้
เมนูไทยมังสวิรัต	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	เต้าหู้ซอสเปรี้ยวหวานคลุกงา	ไข่พะโล้เต้าหู้	ข้าวผัดผักรวมใส่เต้าหู้	ผัดผักรวมมิตรใส่โปรตีน เกษตร
ก๋วยเตี๋ยว		ข้าวซอยไก่ ข้าวซอยเต้าหู้		ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล



เมนูอาหารกลางวัน สำหรับชั้น Year 3-13 (มีนาคม-เมษายน 2026)

วัน วันที่	จันทร์ 16/3/2026	อังคาร 17/3/2026	พุธ 18/3/2026	พฤหัสบดี 19/3/2026	ศุกร์ 20/3/2026
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	หมูทอดสูตรเซฟ	ไก่อบเครื่องเทศอิตาเลียน	ไก่อบซอสเทรียกกี	หมูผัดกิมจิ	ไก่ซอสส้ม
เมนูมังสวิรัต	ผักรวมอบคาสโรล	ข้าวคลุกซอสมะขามแบบอินเดีย	ซูปครีมข้าวโพด	มันอบเครื่องเทศอินเดีย (จีราล)	ซูปผักกะโรนี
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย	ผัดเปรี้ยวหวานไก่	หมูแดง ไข่ต้ม	แกงเทโพหมู	ไก่ผัดพริกแกงถั่วฝักยาว	คะน้าหมูกรอบ
เมนูไทย	ต้มจืดไข่น้ำผักรวม	ผัดผักรวมมิตรใส่เห็ด	ไข่เจียวใส่ต้นหอม	ไข่ลูกเขย	บวมผัดไข่
เมนูไทยมังสวิรัต	สปาเก็ตตี้ผัดซีเม่าใส่เต้าหู้	เต้าหู้ผัดคีนชายต้นหอม	ข้าวผัดผักรวมใส่โปรตีนเกษตร	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ข้าวผัดกระเทียมใส่เต้าหู้
ก๋วยเตี๋ยว		บะหมี่หมูแดง		ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นมะระ	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล
วัน วันที่	จันทร์ 23/3/2026	อังคาร 24/3/2026	พุธ 25/3/2026	พฤหัสบดี 26/3/2026	ศุกร์ 27/3/2026
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	มักกะโรนีอบใส่ไก่	เซฟเพิร์ดสพายหมู	ไก่อบมะนาวสไลด์กรีก	สเต็กหมูซอสเกรวี่	ไก่อบโรสแมรี่
เมนูมังสวิรัต	มักกะโรนีอบ	แกงผักรวมแบบอินเดีย	เต้าหู้ผัดพริกไทยสไลด์จีน	เต้าหู้มาโป	ซูปมะเขือเทศ
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย	หมูกระเทียม	ไก่ผัดซอสศรีราชาหน้าผิง	ลาบหมู	ไก่ทอด	ทอดมันปลา
เมนูไทย	ยำรวมมิตรมังสวิรัต	มะเขือเทศผัดไข่สไลด์จีน	เห็ดกรอบซอสสามรส	ไข่พะโล้เต้าหู้	ผัดผักรวมมิตรใส่เห็ด
เมนูไทยมังสวิรัต	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ข้าวผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ต้มจืดเต้าหู้ไข่ผักรวม	กะหล่ำปลีผัดกระเทียมใส่เต้าหู้	เต้าหู้ผัดซอสเห็ดหอม
ก๋วยเตี๋ยว		ก๋วยเตี๋ยวไก่จิก		ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล