



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

วัน วันที่	จันทร์ 16/3/2026, 27/4/2026	อังคาร 17/3/2026, 28/4/2026	พุธ 18/3/2026, 29/4/2026	พฤหัสบดี 19/3/2026, 30/4/2026	ศุกร์ 20/3/2026
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	หมูทอดสูตรเซฟ	ไกอบเครื่องเทศอิตาลี	ไกอบซอสเทรียกกี	หมูผัดกิมจิ	ไก่ซอสส้ม
เมนูมังสวิรัต	ผักรวมอบคาสโรล	ข้าวคลุกซอสมะขามแบบอินเดีย	ซูปครีมข้าวโพด	มันอบเครื่องเทศอินเดีย (จีราล)	ซูปผักโรตีส
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย	ผัดเปรี้ยวหวานไก่	หมูแดง ไข่ต้ม	แกงเทโพหมู	ไก่ผัดพริกแกงถั่วฝักยาว	คะน้าหมูกรอบ
เมนูไทย	ต้มจืดไข่น้ำผักรวม	ผัดผักรวมมิตรใส่เห็ด	ไข่เจียวใส่ต้นหอม	ไข่ลูกเขย	บวบผัดไข่
เมนูไทยมังสวิรัต	สปาเก็ตตี้ผัดซีเม่าใส่เต้าหู้	เต้าหู้ผัดคีนชายต้นหอม	ข้าวผัดผักรวมใส่โปรตีนเกษตร	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ข้าวผัดกระเทียมใส่เต้าหู้
ก๋วยเตี๋ยว		บะหมี่หมูแดง		ก๋วยเตี๋ยวไก่ต้นมะระ	
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	ไกอบมะนาวสไลด์กรีก	สเต็กหมูซอสเกรวี่	ไกอบโรสแมรี่
เมนูมังสวิรัต	มักกะโรนีอบ	แกงผักรวมแบบอินเดีย	เต้าหู้ผัดพริกไทยสไลด์จีน	เต้าหู้มาโป	ซูปมะเขือเทศ
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย	หมูกระเทียม	ไก่ผัดซอสศรีราชาน้ำผึ้ง	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



เมนูอาหารกลางวัน สำหรับชั้น Year 3-13 (พฤษภาคม 2026)

วัน วันที่	จันทร์ 4/5/2026	อังคาร 5/5/2026	พุธ 6/5/2026	พฤหัสบดี 7/5/2026	ศุกร์ 8/5/2026
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	วันหยุดราชการ	ไก๋อบมะนาวสไลด์กรีก	ซิลลี่คอนหมู	สเด็กไก่ซอสบาร์บีคิว	มักกะโรนีอบใส่ไก่
เมนูมังสวิรัต		แกงผักรวมแบบอินเดีย	ผัดยากิโซบะใส่โปรตีน เกษตร	เต้าหู้ผัดพริกไทยสไลด์จีน	มักกะโรนีอบ
สลัด		สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย		ลาบหมู	ไก่ทอด	หมูผัดพริกหวาน	หมูกระเทียม
เมนูไทย		เห็ดกรอบซอสสามรส	ต้มยำเห็ดรวมน้ำข้น	ไข่พะโล้เต้าหู้	ยำรวมมิตรมังสวิรัต
เมนูไทยมังสวิรัต		ต้มจืดเต้าหู้ไข่ผักรวม	ข้าวผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ผัดผักรวมมิตร	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้
ก๋วยเตี๋ยว		ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ		ก๋วยเตี๋ยวมุดน	
ข้าว		ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้		ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล
วัน วันที่		จันทร์ 11/5/2026	อังคาร 12/5/2026	พุธ 13/5/2026	พฤหัสบดี 14/5/2026
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	ไก๋อบซอสส้มประดฟีลิปปีนส์ (ไก๋ฮาโมนาโต)	หมูผัดซิงสไตล์ญี่ปุ่น	ปลาซุบเกล็ดขนมปังทอด	พาสต้าโบโลเนสหมู/ พาสต้าเนโปลิตานา	ไก่ทอดทรงคัสส์
เมนูมังสวิรัต	ผัดรวมอบคาสโรล	ข้าวผัดเสฉวน	ข้าวโพดผัดเนย	เกรวี่ถั่วลูกไก่แบบอินเดีย	แกงกะหรี่ญี่ปุ่น
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง			เฟรนช์ฟรายส์		
เครื่องเคียง	ไข่ดาว				
เมนูไทย	ผัดกะเพราหมูสับ	ไก่ทอด	ข้าวมันไก่	แพงหมู	แกงคั่วส้มประดหมู
เมนูไทย	ต้มยำเห็ดรวม	มัสมั่นมังสวิรัต	ผัดไทยเต้าหู้	ไข่ลูกเขย	บวบผัดไข่
เมนูไทยมังสวิรัต	หมีขาวผัดซีอิ๊วใส่ไข่	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ผัดผักรวมมิตรใส่โปรตีน เกษตร	คะน้าผัดซอสเห็ดหอมใส่ เห็ดออเรนจ์	ข้าวผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้
ก๋วยเตี๋ยว		ก๋วยเตี๋ยวกุ้ง		ก๋วยเตี๋ยวกุ้งน้มนะระ	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล



เมนูอาหารกลางวัน สำหรับชั้น Year 3-13 (พฤษภาคม 2026)

วัน วันที่	จันทร์ 18/5/2026	อังคาร 19/5/2026	พุธ 20/5/2026	พฤหัสบดี 21/5/2026	ศุกร์ 22/5/2026
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	ไกทอดสูตรเชฟ	หมูชุบเกล็ดขนมปังขิงทอด	พาสต้าผัดไก่ใส่ผักโขม	ไกย่างซอสยาคิโทริ	ข้าวยาเกาหลี (บิ빔บับหมู)
เมนูมังสวิรัต	เต้าหู้มาโป	เกรวี่มันฝรั่งเครื่องเทศอินเดีย	พาสต้าผัดมะเขือเทศใส่ผักโขม	ข้าวหมกเครื่องเทศอินเดีย (พูเลา)	ซูปฟักทอง
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย	ต้มแซ่บกระดูกอ่อนหมู	ต้มขาไก่ใส่เห็ด	ผัดกะหล่ำปลีหมูกรอบ	หมูผัดขิง	ไกทอด
เมนูไทย	ผัดวุ้นเส้นใส่ไข่	ผัดผักบุ้งไฟแดง	ลาบเห็ดรวม	รากบัวผัดซอสญี่ปุ่น	จู้ฉีเต้าหู้
เมนูไทยมังสวิรัต	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	เต้าหู้ผัดกระเทียม	ไข่พะโล้เต้าหู้	ข้าวผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ผัดผักรวมมิตรใส่โปรตีนเกษตร
ก๋วยเตี๋ยว		ข้าวซอยไก่ ข้าวซอยเต้าหู้		ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล
วัน วันที่	จันทร์ 25/5/2026	อังคาร 26/5/2026	พุธ 27/5/2026	พฤหัสบดี 28/5/2026	ศุกร์ 29/5/2026
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	หมูทอดสูตรเชฟ	ไกอบเครื่องเทศอิตาลี	ไกอบซอสเทรียกกี	หมูผัดกิมจิ	ไกอบโรสแมรี่
เมนูมังสวิรัต	ผัดรวมอบคาสโรล	ข้าวคลุกซอสมะขามแบบอินเดีย	ซูปมะเขือเทศ	มันอบเครื่องเทศอินเดีย (จิริอาล)	ซูปผักกะโรนี
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย	ผัดเปรี้ยวหวานไก่	หมูแดง ไข่ต้ม	แกงส้มกุ้งผัดกวาดตุ้ง	ไก่ผัดพริกแกงถั่วฝักยาว	น้ำพริกอ่อง
เมนูไทย	ต้มจืดไข่น้ำผักรวม	ผัดผักรวมมิตรใส่เห็ด	ไข่เจียวใส่ต้นหอม	ไข่ลูกเขย	ฟักทองผัดใบโหระพา
เมนูไทยมังสวิรัต	สปาเก็ตตี้ผัดซีเม่าใส่เต้าหู้	เต้าหู้ซอสเปรี้ยวหวานคลุกงา	ข้าวผัดผักรวมมิตรใส่โปรตีนเกษตร	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	เต้าหู้ผัดซอสเห็ดหอม
ก๋วยเตี๋ยว		บะหมี่หมูแดง		ก๋วยเตี๋ยวไก่ฉีก	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล