

วันที่	เมนู	เครื่องปรุง	อาหารว่าง	เครื่องปรุง
1	ข้าวผัดสีเหลือง	ข้าวสวย 2 ทัพพี	สาคุเปียกมะพร้าวอ่อน ข้าวโพด	สาคุเม็ดเล็ก ข้าวโพด
		ผงกะหรี่ 1 ช้อนชา		น้ำตาลปีบ
		กระเทียมสับ, หอมแดงเจียว, ไข่หั่นเป็นชิ้นบาง, ถั่วลันเตาต้มสุก, แครอท, เห็ดฟาง, ซีอิ้วขาว		น้ำมะพร้าวอ่อน เนื้อมะพร้าวอ่อน น้ำกะทิ เคลือบ
2	 บะหมี่หยก น้ำใส	บะหมี่หยก 2 ก้อน หมูบด, หมักหั่นเป็นแว่น, ลูกชิ้นปลา, ซีอิ้วขาว, น้ำปลา, น้ำตาล, น้ำต้มกระดูก รากผักชี, หัวไชเท้า, ผักกวางตุ้ง, กระเทียมสับเจียว, พริกไทยป่น	 ปอเปี๊ยะทอด	กะหล่ำปลี, แครอท, เห็ดหูหนู วุ้นเส้น กระเทียม พริกไทยป่น น้ำตาล, ซีอิ้วขาว แผ่นปอเปี๊ยะน้ำมันพืช
3	ข้าวอบหมูย่าง	หมูสันใน 300 กรัม	ส้ม	
		ข้าวสวย 1 ถ้วยตวง		
		น้ำต้มกระดูกหมู 1/2 ถ้วยตวง		
		กระเทียม 4-5 กลีบ		
		ซีอิ้วขาวสูตร 1 ตรากุหาทอง 2 ช้อนโต๊ะ		
		เห็ดหอม 1 ดอก		
		พริกไทยป่นเล็กน้อย		
		พริกหวานสีเขียว สีแดง สีเหลือง หั่นชิ้นสี่เหลี่ยมลูกเต๋า		
4	ข้าวไก่ผัด สับปะรดไข่ข้น	อกไก่ 1 ชิ้น สับปะรด 1 ชีก	กล้วยหอมทอง	
		ไข่ไก่ 2 ฟอง		
		ถั่วลันเตา แครอท ข้าวโพด		
		2 ช้อนโต๊ะ		
		เกลือ 1 ช้อนชา น้ำตาล 1 ช้อนชา		
		ข้าวสวย ผสม		
		ผักสลัด 1 กำมือ มะเขือเทศ		
5	สุกี้	ผักบุ้งจีน ผักกาดขาวหั่น คีนชายหั่น		
		แครอท วุ้นเส้นแช่น้ำ ไข่ไก่ ปลาหมึก	ผักทองแกงบวด	
		กุ้งแกะเปลือก น้ำจิ้มสุกี้เล็กน้อย		

🌸สมาชิกรุ่น🌸

1.นางสาวมาลี	เนตรแสงสี	รหัส	571741321005
2.นางสาวบุปผา	มณีกุล	รหัส	571741321050
3.นางสาวกมลวรรณ	เขียวโต	รหัส	571741321051