

<b>Week 20</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Monday/จันทร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>4 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Pork porridge / Boiled egg	โจ๊กหมู / ไข่ลวก
	BF: Thai / ไทย	Stir fried pork with green peppers	หมูผัดพริกหยวก
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Stir-fried morning glory (Vegetarian)	ผัดผักบุ้ง (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted + Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ + ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Tortellini	ทอร์เทลลินี่
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon grass juice	น้ำตะไคร้

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon grass juice	น้ำตะไคร้

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Stir fried pork with cashew nuts (not spicy)	หมูผัดเม็ดมะม่วงหิมพานต์ไม่เผ็ด
	L: Thai / ไทย	Cold soba noodles Chinese style	บะหมี่เย็นสไตล์จีน
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Crispy deep fried veggies salad (Vegetarian)	ยำผักทอดกรอบ (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Chicken steak in a creamy sauce + seasonal vegetables	สเต็กอกไก่อบซอส + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Zha Jiang Mian (炸酱面) (Vegetarian)	จางเจี้ยนเมี่ยน (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Potato & leek soup + crouton	ซุปรวมมันฝรั่งต้นหอม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Tuna with young sunflower leaves salad	สลัดต้นอ่อนทานตะวันทูน่า
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon grass juice	น้ำตะไคร้
	L: Dessert / ของหวาน	Hong Kong style mixed fruit pancake	แพนเค้กผลไม้รวมสไตล์ฮ่องกง

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon grass juice	น้ำตะไคร้

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Braised fish maw in red gravy	กะเพราปลาตุ๋นน้ำแดง
	D: Thai / ไทย	Baked pork with pineapple	หมูอบสับประด
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Stir kale with soy sauce Chinese style (Vegetarian)	ผัดยอดคะน้า สไตล์จีน (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti with mamalade sauce	สปาเกตตีผัดซอสแฮมสับ
	D: Western / ตะวันตก	Chicken nuggets + Onion Ring	นั๊กเก็ตไก่ทอด+หอมทอดกรอบ
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Potato & Leek Soup + Crouton	ซุปรวมมันฝรั่งต้นหอม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon grass juice	น้ำตะไคร้

<b>Week 20</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Tuesday/อังคาร</b>
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>5 February 2019</b>

**CHINESE NEW YEAR**

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice + Rice porridge with pandan leaf	ข้าวสวย + ข้าวต้มใบเตย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Chinese Steamed Buns (Mantou 馒头) + Whole grains	หมั่นโถว + ธัญพืช
	BF: Thai / ไทย	Chinese steamed eggs (蒸蛋羹)	ไข่ตุ๋นสไตล์จีน
	BF: Vegetarian / มังสวิรัต	Spicy Chinese potato rösti (干扁洋芋丝) Vegetarian	โรตีสันฝรั่งสไตล์จีน (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Pumpkin waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลฟักทอง / ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Tube pasta with bacon, onion and tomato sauce	พาสต้าเส้นหลอดผัดเบคอน หัวหอมและซอสมะเขือเทศ
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Bael fruit juice	น้ำมะตูม

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรกเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Bael fruit juice	น้ำมะตูม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice / Chinese Steamed Buns (Mantou 馒头)	ข้าวสวย / หมั่นโถว
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Fried eggs with tomatoes	ไข่ผัดมะเขือเทศ
	L: Thai / ไทย	Kung Pao Chicken	ไก่ผัดพริกเสฉวน
	L: Vegetarian / มังสวิรัต	Mapo Tofu (Vegetarian)	เต้าหู้ผัดเสฉวน (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Sichuan shredded pork with garlic sauce (鱼香肉丝)	หมูผัดซอสกระเทียมสไตล์เสฉวน
	L: Western / ตะวันตก	Pan-fried vegetarian dumplings (素煎饺)	เกี๊ยวผักทอด (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Spring rolls (Vegetarian)	ปอเปี๊ยะผักทอด (มังสวิรัติ)
	L: Soup / ซุป	Chinese Wontons (Vegetarian)	เกี๊ยวน้ำ (มังสวิรัติ)
	L: Salad / สลัด	Cucumber salad	สลัดแตงกวา
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Bael fruit juice	น้ำมะตูม
	L: Dessert / ของหวาน	Grass jelly with Tea Latte	เจลาตตินไทย

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Bael fruit juice	น้ำมะตูม

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Grilled chicken breast with black pepper	อกไก่ย่างพริกไทยดำ
	D: Thai / ไทย	Thai Green Curry with fish balls	แกงเขียวหวานสุกชั้นปลา
	D: Vegetarian / มังสวิรัต	Stir fried minced mushroom with hot yellow (Vegetarian)	เห็ดคั่วกลิ้ง (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Farfalle with tuna and mushroom cream sauce	พาสต้ารูปผีเสื้อกับครีมทูน่าและเห็ด
	D: Western / ตะวันตก	Roast Spare Rib Pork with Tomato Sauce	ซี่โครงหมูอบซอส
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Cauliflower Cream Soup + Crouton	ซุปรีมดอกกะหล่ำ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green Salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Bael fruit juice	น้ำมะตูม

<b>Week 20</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Wednesday/พุธ</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>6 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Boiled rice with pork	ข้าวต้มหมู
	BF: Thai / ไทย	Rolled egg	ไข่ม้วนทรงเครื่อง
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Chinese vegetable stew (Vegetarian)	จับฉ่าย (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted + Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ + ครั้วซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Vegetable pasta stir-fry	พาสต้าผัดผักรวมมิตร
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Pandanus juice	น้ำใบเตย

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Pandanus juice	น้ำใบเตย

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Yellow Curry Chicken	ข้าวอบแกงกะหรี่ไก่
	L: Thai / ไทย	Fried fish topped with sweet, sour and hot sauce	ปลาสามรส
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Laksa Malaysian noodles (Vegetarian)	ก๋วยเตี๋ยวแขก (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Hash brown potatoes (Vegetarian)	พายมันฝรั่งบดย่าง (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Pork burger with tomato sauce	เบอร์เกอร์หมูซอสมะเขือเทศ
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Cucumber-yogurt soup+Crouton	ซูปครีมแตงกวา โยเกิร์ต+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Spinach salad	สลัดผักโขม
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Pandanus juice	น้ำใบเตย
	L: Dessert / ของหวาน	Mixed fruit with Chocolate fondue	ผลไม้ร่วมกับช็อคโกแลตฟองดู

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Pandanus juice	น้ำใบเตย

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Shrimp potted with vermicelli	กุ้งอบวุ้นเส้น
	D: Thai / ไทย	Stir-fried morning glory with salted eggs	ผัดผักบุ้งไข่เค็ม
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Thai Coconut Curry and Lotus Stems (Vegetarian)	ต้มกะทิสายบัว (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Stir fried macaroni with eggs	มะกะโรนีผัดไข่
	D: Western / ตะวันตก	Mushroom Lasagna (Vegetarian)	ลาซานยาเห็ด (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Pumpkin Cream soup+Crouton	ซูปครีมฟักทอง+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Pandanus juice	น้ำใบเตย

<b>Week 20</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Thursday/พฤหัสบดี</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>7 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Pork porridge / Boiled egg	โจ๊กหมู / ไข่ลวก
	BF: Thai / ไทย	Stir Fried Chicken With Lemongrass	ไก่คั่วตะไคร้
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Coconut Soup (Vegetarian)	ต้มข่าเห็ด (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Brownie Waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลบราวน์ / ครั้วซองด์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แอม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Smoked ham linguini	ลิงกัวนีกับแฮมรมควัน
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Noodle with chicken stew soup	ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋น
	L: Thai / ไทย	Fried Squid with Salted Eggs	ปลาหมึกผัดไข่เค็ม
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Paneang mushroom curry (Vegetarian)	ขนมจีน น้ำยากะทิ มังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Potatoes croquettes + Fermented vegetable	มันโครเกต + ผักดองสามรส
	L: Western / ตะวันตก	Pork steak sandwich	สเต็กหมูแซนด์วิช
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Spinach Cream Soup+Crouton	ซूपครีมผักโขม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Coleslaw	สลัดโคลสลอว์
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว
	L: Dessert / ของหวาน	Rainbow Thai Glutinous Rice Balls (Bua Loi)	บัวลอยไข่หวานไตเอท

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Fried minced chicken with garlic and pepper	ไก่ก๋อนทอดกระเทียมพริกไทย
	D: Thai / ไทย	Spicy chicken Soup	ต้มยำปลาน้ำใส
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Sunflower sprouts fried soy sauce (Vegetarian)	ต้นอ่อนทานตะวันผัดซอส (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Pasta with Creme Cheese	พาสต้าครีมชีส
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Western / ตะวันตก	Baked Fish in Foil topped with Mayonnaise	ปลาราดมายองเนสห่อฟอยล์
	D: Soup / ซุป	Spinach Cream Soup+Crouton	ซूपครีมผักโขม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Roast Pumpkin salad	สลัดฟักทองย่าง
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว

<b>Week 20</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Friday/ศุกร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>8 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Boiled rice with Fish	ข้าวต้มปลา
	BF: Thai / ไทย	Tofu paper and minced pork clear soup	แกงจืดหมูสับฟองเต้าหู้
	BF: Vegetarian / มังสวิวัติ	Egg in sweet brown sauce soup (Vegetarian)	พะโล้ (มังสวิวัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Banana pancake / Croissant + Butter + Jam	แพนเค้กกล้วยหอม / ครั้วซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Spaghetti alla carbonara	สปาเกตตี อาลา คาร์โบนารา
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Longan juice	น้ำลำไย

Mom. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Longan juice	น้ำลำไย

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Green noodle with roast red pork	บะหมี่หยกหมูแดง
	L: Thai / ไทย	Crabmeat cakes with herb butter sauce	เนื้อปูทอดเนยสมุนไพร
	L: Vegetarian / มังสวิวัติ	Stir-fried morning glory (Vegetarian)	ผัดผักบุ้งไฟแดง (มังสวิวัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Battered fish & chips with seasonal vegetables	ฟิชแอนด์ชิพ + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Broccoli Angle hair stir-fry	เส้นแองเจิลแฮร์ผัดบร็อกโคลี่
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Corn cream soup + croutons	ครีมซูปข้าวโพด+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Caesar salad	ซีซาร์สลัด
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Longan juice	น้ำลำไย
	L: Dessert / ของหวาน	Crepe Ice cream and strawberry sauce	เครปไอศกรีมกับซอสสตรอว์เบอร์รี่

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Longan juice	น้ำลำไย

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Seefood Suki without broth	ผัดสุกี้แห้งทะเล
	D: Thai / ไทย	Salmon spicy chilli-paste	น้ำพริกปลาแซลมอน+ผัก
	D: Vegetarian / มังสวิวัติ	Wax Gourd Curry (Vegetarian)	แกงหัวปลี (มังสวิวัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Western / ตะวันตก	Fusili Basil Sause with Pork	ฟูซิลีซอสกะเพราหมู
	D: Western / ตะวันตก	Grilled Chicken with Gravy	ไก่ย่างในน้ำเกรวี่
	D: Soup / ซุป	Corn Cream Soup+Crouton	ครีมซูปข้าวโพด+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Summer Salad with Mixed fruit and Basil leaf	ซัมเมอร์สลัดกับผลไม้รวมและใบโหระพา
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Longan juice	น้ำลำไย

<b>Week 20</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Saturday/เสาร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>9 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Fried rice with chinese sausage	ข้าวอบกุนเชียง
	BF: Thai / ไทย	Steamed Egg	ไข่อบเต้าหู้ไข่
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Clear glass noodle soup (Vegetarian)	แกงจืดวุ้นเส้น (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Peanut Butter Waffles / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลเนยถั่ว / ครัฟฟองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แอม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Jacket potatoes	มันฝรั่งผ่าซีกอบเนย
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Hot & sour smoked dry fish soup	ต้มยำปลากรอบ
	L: Thai / ไทย	Spicy minced pork mixed with noodle	ลาบหมูวุ้นเส้นทอด
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Pasta with Cheese and berries sauce (Vegetarian)	พาสต้าครีมชีสเบอร์รี่สด (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Fish in butter + Chips	ปลาอบเนย + มันฝรั่งทอด
	L: Western / ตะวันตก	Fried potato skins with tomato sause and sour cream	มันฝรั่งทอดทั้งเปลือกใส่สลัดมะเขือเทศและซาว์ครีม
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Creamy tomato soup + croutons	ซูปครีมมะเขือเทศ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Cucumber salad	สลัดแตงกวา
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ
	L: Dessert / ของหวาน	Mixed fruit bingsu	빙ซูผลไม้รวม

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Mackerel in dried red curry	งูฉี่ปลาทูสด
	D: Thai / ไทย	Thai style pork omelette	ไข่เจียวหมูสับ
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Stir fried noodle with black soy sauce (Vegetarian)	ผัดซีอิ้ว (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Barbecued with pork stick	บาร์บีคิวกับหมูทอดสด
	D: Western / ตะวันตก	Jacket Potato	มันฝรั่งอบเนย
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Creamy tomato Soup+Crouton	ซูปครีมมะเขือเทศ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Avocado mixed with cucumber salad	สลัดอะโวคาโดแตงกวา
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ

<b>Week 20</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Sunday/อาทิตย์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>10 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Boiled rice with Dolly fish	ข้าวต้มปลาดอลลี่
	BF: Thai / ไทย	Italian Scramble Egg	ไข่คนนิตาเลียน
	BF: Vegetarian / มังสวิรัต	Vegetable Soup (Vegetarian)	แกงเหมา (มังสวิรัต)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted / Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ / ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Baked potato with butter	มันฝรั่งอบเนย
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Thai-rice-flour noodles with hot soup	ขนมจีนน้ำยาป่า
	L: Thai / ไทย	Stir fried minced chicken breast with hot yellow sauce	คั่วกลิ้งไก่สับ
	L: Vegetarian / มังสวิรัต	Sushi (Vegetarian)	ซูชิ (มังสวิรัต)
	L: Western / ตะวันตก	Butter pork and seasonal vegetables	สเต็กหมูอบเนย + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Lyonnais potatoes	มันฝรั่งผัดหอมใหญ่
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Cauliflower ceam soup with croutons	ซูปครีมดอกกะหล่ำ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Caesar salad	ซีซาร์สลัด
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้
	L: Dessert / ของหวาน	Creamy coconut tapioca and corn pudding	ตะโก้ลาดูข้าวโพด

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Chinese steamed rice noodle rolls with roasted pork chops	ก๋วยเตี๋ยวหลอดหมูสับคั่วต้มยำ
	D: Thai / ไทย	Stir-fried morning glory with salted eggs	ผัดผักบุ้งไข่เค็ม
	D: Vegetarian / มังสวิรัต	Mushroom stir fried (Vegetarian)	เห็ดฟางผัดพริกสด (มังสวิรัต)
	D: Western / ตะวันตก	Steak fish	สเต็กปลาทอด
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti with Pumpkin and Spinach	สปาเก็ตตี้ผักทองผักโขม
	D: Soup / ซุป	Cauliflower Cream Soup+Crouton	ซูปครีมดอกกะหล่ำ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Grilled watermelon salad with cheese "Feta"	สลัดแตงโมย่างกับชีสเฟต้า
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้

<b>Week 21</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Monday/จันทร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>11 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	American Fried Rice	ข้าวผัดอเมริกัน
	BF: Thai / ไทย	Thai style pork omelette	ไข่เจียวหมูสับ
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Stir-Fried Chinese Morning Glory : Vegan	ผัดผักบุ้งมังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Stir-Fried Minced Pork and Basil with salted eggs Pasta	พาสต้ากะเพราหมูสับไข่เค็ม
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted + Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์ทอส + คริวซองด์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Baked corn with cheese	ข้าวโพดชีสกระทะร้อน
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Orange juice	น้ำส้ม

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Orange juice	น้ำส้ม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Spicy minced pork	น้ำตกหมู
	L: Thai / ไทย	Grilled chicken & papaya salad	ไก่ย่าง & ส้มตำ
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Thai style clear soup (Vegan)	แกงเหला (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Pasta pesto sauce	พาสต้าเพสโตซอส
	L: Western / ตะวันตก	Pork schnitzel & Crispy roasted potato	ชนิตเซลหมู & มันฝรั่งอบกรอบ
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Potato, leek soup & Crouton	ซุปรมันฝรั่งต้นหอม & ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Soft sunflower tree with tuna salad	สลัดต้นอ่อนทานตะวันทูน่า
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Orange juice	น้ำส้ม
	L: Dessert / ของหวาน	Banana in coconut milk	กล้วยบวชชี

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Orange juice	น้ำส้ม

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Pineapple fried rice	ข้าวผัดสับประรด
	D: Thai / ไทย	Fried chicken wings	ปีกไก่ทอด
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Omelete Souffle (Vegan)	ไข่เจียวซูเฟล (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Crab Carbonara Fettuccine with Curry Powder	เฟตตูชินีครีมผงกะหรี่ปู
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti with mushroom cream sauce	สปาเก็ตตี้ครีมซอสเห็ด
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Potato & Leek Soup + Crouton	ซุปรมันฝรั่งต้นหอม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Orange juice	น้ำส้ม



<b>Week 21</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Tuesday/อังคาร</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>12 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Garlic fried rice	ข้าวผัดกระเทียม
	BF: Thai / ไทย	Crispy bacon	เบคอนย่างกรอบ
	BF: Vegetarian / มังสวิรัต	Vietnamese Noodle soup : Vegan	ก๋วยจั๊บญวนมังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Croquette + Fried Pork	โครเก็ตมันฝรั่ง + หมูทอด
	BF: Western / ตะวันตก	Pumpkin Waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลฟักทอง / ครั้วซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Pancake with slice banana+choco	แพนเค้กกล้วยหอมช็อคโกแลต
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Tomato juice	น้ำมะเขือเทศ

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรกเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Keg-huay juice	น้ำเก๊กฮวย

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Spicy fried chicken with apple salad	ยำแอปเปิ้ลไก่ทอด
	L: Thai / ไทย	Crispy pork with kale	คะน้าหมูกรอบ
	L: Vegetarian / มังสวิรัต	Chinese roll noodle soup (Vegan)	ก๋วยจั๊บน้ำจิ้ม (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Creamy spaghetti with crispy bacon	สปาเกตตี้ซอสครีมมีเบคอน
	L: Western / ตะวันตก	Baked potato butter & Coleslaw	มันฝรั่งอบเนย & โคลสลอว์
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Cauliflower cream soup & Crouton	ซूपครีมดอกกะหล่ำ & ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Indian salad	สลัดแขก
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Chrysanthemum juice	น้ำเก๊กฮวย
	L: Dessert / ของหวาน	Green beans in syrup	ถั่วเขียวต้มน้ำตาล

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Bael fruit juice	น้ำมะตูม

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Crispy wonton phad thai with chicken	ผัดไทยเกี้ยวกรอบ
	D: Thai / ไทย	Chicken herbal soup	ต้มยำไก่สมุนไพร
	D: Vegetarian / มังสวิรัต	Chayote leaves in Oyster sauce (Vegetarian)	ผัดยอดฟักแม้ว (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Fusilli with minced pork	ฟูซิลลีผัดกระเจตหมูสับ
	D: Western / ตะวันตก	Roasted brest chicken with BBQ sause	อกไก่บาร์บีคิว
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Cauliflower Cream Soup + Crouton	ซूपครีมดอกกะหล่ำ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green Salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Bael fruit juice	น้ำมะตูม

<b>Week 21</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Wednesday/พุธ</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>13 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Japanese Steamed Egg	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น
	BF: Thai / ไทย	Soup with boiled entrails and vegetables	เกาเหลาหมู
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Rich noodle paste with bean sprout : Vegan	ก๋วยเตี๋ยวหลอดทรงเครื่อง มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Pasta with stired pork	พาสต้าคั่วหมู
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted + Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ + ครวัซองค์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Grilled Mushroom Bologna Tortilla	ทอดิญาเห็ดโบลอนาชีสไรซ์ไขมัน
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Pandanus juice	น้ำใบเตย

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Orange juice	น้ำส้ม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Fried stir basil with minced pork	กะเพราหมูสับ
	L: Thai / ไทย	Prawn spicy soup Tom-Yam-Kung	ต้มยำกุ้ง
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Stired origin mushroom with sauce (Vegan)	ผัดเห็ดออริจิน (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Spaghetti alla carbonara	สปาเกตตี อาลา คาร์โบนารา
	L: Western / ตะวันตก	Roasted chicken with gravy sauce + seasonal vegetables	ไก่อบซอสเกรวี + หน่อไม้ฝรั่งอบเนย + มันฝรั่งอบ
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Pumpkin cream soup & Crouton	ซูปครีมฟักทอง & ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Grilled fish salad	สลัดผักปลาย่าง
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Orange juice	น้ำส้ม
	L: Dessert / ของหวาน	Coconut milk stewed pumpkin	บวชฟักทอง

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Pandanus juice	น้ำใบเตย

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Spicy minced pork mixed with noodle	ลาบหมูวันเส้นทอด
	D: Thai / ไทย	Chicken fried with cashew nuts	ไก่ผัดเม็ดมะม่วงหิมพานต์
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Red curry (Vegetarian)	พะแนง (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Vegetable Pasta with sauce (Vegetarian)	พาสต้าผัดผัก (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Cheesy mashed potato	มันฝรั่งบดอบชีส
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Pumpkin Cream soup+Crouton	ซูปครีมฟักทอง+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Pandanus juice	น้ำใบเตย

<b>Week 21</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Thursday/พฤหัสบดี</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>14 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Fried rice with bacon & topping cheese	ข้าวผัดเบคอนหลากหลายชีส
	BF: Thai / ไทย	Baked Chicken With herbs	อกไก่ต้มสมุนไพร
	BF: Vegetarian / มังสวิรัต	Vietnamese Noodle Soup : Vegan	ก๋วยจั๊บอุบลมังสวิรัต
	BF: Western / ตะวันตก	Baked Eggs in Bread Bowls	ไข่อบในขนมปัง
	BF: Western / ตะวันตก	Brownie Waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลบราวน์ / ครีซซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Poached Eggs served with Bacon and Baked Potato	โพชเอ้กเสิร์ฟคู่กับเบคอนและมันฝรั่งอบ
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon juice	น้ำมะนาว

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon juice	น้ำมะนาว

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Pork with lemongrass	หมูผัดตะไคร้
	L: Thai / ไทย	Fish in red curry	ฉู่ฉี่ปลาดอลลี่
	L: Vegetarian / มังสวิรัต	Noodle creamy tom yum soup (Vegan)	ก๋วยเตี๋ยวต้มยำน้ำข้น (มังสวิรัต)
	L: Western / ตะวันตก	Pasta arabiata	สปาเก็ตตี้ซอสอาร์บิโอตา
	L: Western / ตะวันตก	Dolly fish steak with miso sauce	สเต็กปลาดอลลี่ย่างซอสมิโซะ
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Spinach cream soup & Crouton	ซूपครีมผักโขม & ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Corn salad	สลัดข้าวโพด
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว
	L: Dessert / ของหวาน	Grass jelly	เจลาทีน

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Papaya Salad with crispy omelet	ส้มตำไข่ฟู
	D: Thai / ไทย	Sweet and sour fish	ปลาสามรส
	D: Vegetarian / มังสวิรัต	Clear soup Noodle (Vegan)	ก๋วยเตี๋ยวน้ำใส (มังสวิรัต)
	D: Western / ตะวันตก	Pasta Tom yum and chicken	พาสต้าต้มยำไก่
	D: Western / ตะวันตก	Baked potato and butter	มันฝรั่งอบเนย
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Spinach Cream Soup+Crouton	ซूपครีมผักโขม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Roast Pumpkin salad	สลัดฟักทองย่าง
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว

<b>Week 21</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Friday/ศุกร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>15 February 2019</b>	

**STAFF INSET DAY / NO STUDENTS**

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Fried rice with Salmon	ข้าวผัดปลาแซลมอน
	BF: Thai / ไทย	Mixed Veggies fried in oyster sauce	ผัดน้ำมันหอยผักรวมไข่นกกระทา
	BF: Vegetarian / มังสวิรัต	Tofu Curry with Wild Betel Bush Vegan	แกงเต้าหู้ใบชะพลู (มังสวิรัต)
	BF: Western / ตะวันตก	Linguine Bacon, Peas	ลิงกวินีผัดเบคอนและถั่ว
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted / Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์ทอส / ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Soft Sunflower tree Baked Cheese	ต้นอ่อนทานตะวันอบชีส
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Longan juice	น้ำลำไย

Mom. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจี๊ยบ

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Spicy salad with fried egg	ยำไข่ดาว
	L: Thai / ไทย	Braised pork noodle soup	ก๋วยเตี๋ยวหมูตุ๋น
	L: Vegetarian / มังสวิรัต	Tom Yum mushroom soup (Vegan)	ต้มยำเห็ดน้ำขุ่น (มังสวิรัต)
	L: Western / ตะวันตก	Battered fish and chips with vegetables	แบทเทอร์ฟิชแอนด์ชิพ & เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Mexican chicken steak	สเต็กไก่แม็กซิกัน
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Corn cream soup & Crouton	ครีมซูปข้าวโพด & ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Caesar salad	ซีซาร์สลัด
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจี๊ยบ
	L: Dessert / ของหวาน	Lod chong dessert in coconut milk	ลอดช่องน้ำกะทิ

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Longan juice	น้ำลำไย

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Seafood spicy soup	แกงป๊ะแตกทะเล
	D: Thai / ไทย	Grill pork with herbs	หมูย่างสมุนไพร
	D: Vegetarian / มังสวิรัต	Panaeng Curry with Mushroom (Vegan)	พะแนงเห็ด (มังสวิรัต)
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti Bacon with Eggplant	สปาเก็ตตี้เบคอนและมะเขือม่วง
	D: Western / ตะวันตก	Baked potato and butter	มันฝรั่งอบเนย
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Corn Cream Soup+Crouton	ครีมซูปข้าวโพด+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Summer Salad with Mixed fruit and Basil leaf	ซัมเมอร์สลัดกับผลไม้รวมและโหระพา
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Longan juice	น้ำลำไย

<b>Week 21</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Saturday/เสาร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>16 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Fried rice with Japanese Curry Chicken	ข้าวผัดแกงกะหรี่ไก่ญี่ปุ่น
	BF: Thai / ไทย	Fried Pork teriyaki	หมูทอดเทอริยากิ
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Egg Muffin Vegan	มัฟฟินไข่มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Grilled shrimp Burrito	เบอร์ริโตกุ้งย่าง
	BF: Western / ตะวันตก	Peanut Butter Waffles / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลเนยถั่ว / ครัฟฟองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Crisp Roasted Potatoes	คริสป์โรสโตโปเตโต้
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Mixed fruit+veggies juice	น้ำผักผลไม้รวม

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Bael fruit juice	น้ำมะตูม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Spicy vietnamese sausage salad	ยำหมูยอ
	L: Thai / ไทย	Japanese noodle	ราเมนน้ำขิง
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Mushroom soup with bamboo pulp (Vegetarian)	ซูปเห็ดไม้เห็ดหอม (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Spaghetti tossed with garlic, fresh pepper and mixed seafood	สปาเก็ตตี้ทะเลผัดชีสมา
	L: Western / ตะวันตก	Steak fish fried batter dolly & Baked potato	สเต็กปลาทอดลึซูปแป้งทอด & มันฝรั่งเต่า
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Creamy tomato soup & Crouton	ซูปมะเขือเทศ & ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Cucumber salad	สลัดแตงกวา
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Bael fruit juice	น้ำมะตูม
	L: Dessert / ของหวาน	Soy custard in ginger syrup salad	เต้าฮวยเย็น

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Pineapple and pork ribs soup	แกงจืดสับประดาศีโครงกระดูกอ่อน
	D: Thai / ไทย	Fried konyac noodle with spicy seafood	เส้นบุกผัดผัดชีเมาทะเล
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Mushroom satay with peanut sauce (Vegan)	สะเต๊ะเห็ดย่างซอส (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Pasta Tom Yum with chicken	พาสต้าต้มยำไก่
	D: Western / ตะวันตก	Fried potato skin with tomato salsa sour cream	มันฝรั่งผัดซัลซ่าซอสมะเขือเทศ
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Creamy tomato Soup+Crouton	ซูปครีมมะเขือเทศ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Avocado mixed with cucumber salad	สลัดอะโวคาโดแตงกวา
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ

<b>Week 21</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Sunday/อาทิตย์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>17 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Japanese Steamed Egg	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น
	BF: Thai / ไทย	Baked Chicken Mexican	ไก่อบแม็กซิกัน
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Baked Eggs in Potato Bowls Vegan	ไข่อบในมันฝรั่ง มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Fusilli with Chipolata Sausage in Marinara Sauce	ฟูซิลลีผัดไส้กรอก
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted / Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์ทอส / ครัวซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Fried Cheese	ชีสทอด
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Grape juice	น้ำองุ่น

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Grape juice	น้ำองุ่น

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Crispy catfish salad with green mango	ยำปลาชุกฟู
	L: Thai / ไทย	Rice noodles & Thai green curry with chicken	ขนมจีนน้ำยา & แกงเขียวหวาน
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Deep fried corn cake (Vegan)	ทอดมันข้าวโพด (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Spicy pork sausage spaghetti	สปาเก็ตตี้ไส้กรอกหมูสไปซี่
	L: Western / ตะวันตก	Grilled chicken breast & mash potato & grilled vegetable	เนื้ออกไก่ย่าง & มันฝรั่งบด & เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Cauliflower cream soup & Crouton	ซूपครีมดอกกะหล่ำ & ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Caesar salad	ซีซาร์สลัด
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Grape juice	น้ำองุ่น
	L: Dessert / ของหวาน	Banana boat	บานาน่าโบท

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Breaded steak fries	ปลาชุบเกล็ดขนมปัง
	D: Thai / ไทย	Red curry with roasted duck	แกงเผ็ดเป็ดย่างไม่เผ็ด
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Udon with Seafood Tomyum sauce (Vegan)	อุด้งซอสต้มยำทะเล (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Baked veggies with Cheese	ผักอบชีส
	D: Western / ตะวันตก	Sausage and French fries	ไส้กรอกและเฟรนช์ฟราย
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Cauliflower Cream Soup+Crouton	ซूपครีมดอกกะหล่ำ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Grilled watermelon salad with cheese "Feta"	สลัดแตงโมย่างกับชีสเฟต้า
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้

<b>Week XX</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Monday/จันทร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>18 February 2019</b>	

**16-23 Half Term Break**

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice / Boiled rice	ข้าวสวย / โจ๊ก
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Crispy Pork with Kale	ผัดคะน้าหมูกรอบ
	BF: Thai / ไทย	Rolled egg	ไข่ม้วนทรงเครื่อง
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Vegetarian Sweet and Sour fried (Vegan)	ผัดเปรี้ยวหวานเจ (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted + Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ + ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Baked Mashed Potato with Cheese	มันฝรั่งอบชีสเบคอน
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Punch Orange with pineapple	น้ำพUNCHส้มสับประรด

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Punch Orange with pineapple	น้ำพUNCHส้มสับประรด

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Chicken Coconut Soup	แกงข่าไก่ไม่เผ็ด
	L: Thai / ไทย	Stir Fried Vegetables with squid	หมักผัดผักรวม
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Steamed mushroom in Lemon Juice Spicy Salad	เห็ดมะนาว
	L: Western / ตะวันตก	German Pork Hocks + side dish set	ขาหมูเยอรมัน + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Pasta with grilled vegetables and meatball	พาสต้าผัดผักย่างใส่ไส้กรอกไทย
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French Bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Potato & Leek Soup + Crouton	ซุปรมันฝรั่งต้นหอม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Cucumber salad	สลัดแตงกวา
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Punch Orange with pineapple	น้ำพUNCHส้มสับประรด
	L: Dessert / ของหวาน	Lod Chong Singapore Cendol	ลอดช่องสิงคโปร์

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Punch Orange with pineapple	น้ำพUNCHส้มสับประรด

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Fried Stir Basil with Minced pork	กะเพราหมูสับ
	D: Thai / ไทย	Crispy catfish salad with green mango	ยำปลาดุกฟู
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	ThaiMixed Vegetable Vegan soup	แกงเลียงมังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti with Pumpkin and Spinach	สปาเก็ตตี้ผักทองผักโขม
	D: Western / ตะวันตก	Baked Mashed Potato with Cheese	มันบดอบชีส
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Potato & Leek Soup + Crouton	ซุปรมันฝรั่งต้นหอม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Punch Orange with pineapple	น้ำพUNCHส้มสับประรด

<b>Week XX</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Tuesday/อังคาร</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>19 February 2019</b>	

**16-23 Half Term Break**

**MAKA BUCHA DAY**

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice / Chinese steamed dumpling	ข้าวสวย / ขนมจีบ ซาลาเปา
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Mexican fried egg	ไข่ทอดเม็กซิกัน
	BF: Thai / ไทย	Tonkatsu fried pork	หมูทอดทงคัตสึ
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Battered Corn (Vegan)	ข้าวโพดกระทะร้อน (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Pumpkin waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลฟักทอง / ครั้วของดี + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Baked Veggie Tomato Cheese	มะเขือเทศอบชีสทรงเครื่อง
	BF: Salad / สลัด	Green Salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Mixed fruit+veggies juice	น้ำผักผลไม้รวม

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรกเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Mixed fruit+veggies juice	น้ำผักผลไม้รวม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Papaya Salad with crispy omelette	ส้มตำไข่ฟู
	L: Thai / ไทย	Clear soup Noodle with pork	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำใส
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Tofu Soup (Vegan)	แกงจืดเต้าหู้ (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Chicken panang steak + side dish set	สเต็กแพนงไก่ + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Stir fried sliced potato with cheese	มันฝรั่งเส้นผัดชีส
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French Bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Cauliflower Cream Soup + Crouton	ซूपครีมดอกกะหล่ำ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Caesar salad	ซีซาร์สลัด
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Mixed fruit+veggies juice	น้ำผักผลไม้รวม
	L: Dessert / ของหวาน	Grass jelly with Tea Latte	เจลาตตินไทย

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Mixed fruit+veggies juice	น้ำผักผลไม้รวม

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Spicy salad with fried egg	ยำไข่ดาว
	D: Thai / ไทย	Pork and Potato Soup	ต้มซूपหมูกับมันฝรั่ง
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Spicy Curry with Mixed Vegetable : Vegan	แกงป่ามังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Creamy Spaghetti Cabonara	สปาเกตตี้ซอสครีมคาโบนารา
	D: Western / ตะวันตก	Baked Fish in Foil topped with Mayonnaise	ปลาราดมายองเนสห่อฟอยล์
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Cauliflower Cream Soup + Crouton	ซूपครีมดอกกะหล่ำ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green Salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Mixed fruit+veggies juice	น้ำผักผลไม้รวม



<b>Week XX</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Wednesday/พุธ</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>20 February 2019</b>	

**16-23 Half Term Break**

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice / Boiled rice	ข้าวสวย / ข้าวต้ม
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Chinese roll noodle soup	ก๋วยจั๊บน้ำร้อน
	BF: Thai / ไทย	Fried minced chicken	ไก่ทอด
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Stir Fried tofu with Black Pepper (Vegan)	เต้าหู้ผัดพริกไทยดำ (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted + Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ + ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Baked Spinach with Cheese	ผักโขมอบชีส
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Fried conyack noodle Thai style with prawns	ผัดไทยกุ้งสดเส้นหมึก
	L: Thai / ไทย	Mushroom soup	ต้มยำเห็ดนางฟ้าไม่เผ็ด
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Crispy deep fried veggies salad	ยำผักทอดกรอบ
	L: Western / ตะวันตก	Steak Dolly fish with sauce + side dish set	สเต็กปลาสดลึ่ราดซอส + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Roasted breast chicken with paprika sauce + Baked potato	อกไก่ย่างซอสปริก้า + มันฝรั่งอบ
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French Bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Pumpkin Cream soup+Crouton	ซูปครีมฟักทอง+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Grilled watermelon salad with cheese "Feta"	สลัดแตงโมย่างกับชีสเฟต้า
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว
	L: Dessert / ของหวาน	Mataba mixed fruit	มะตะปะผลไม้รวม

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Stir Fried Squid with Salted Eggs	ปลาหมึกผัดไข่เค็ม
	D: Thai / ไทย	Minced pork and Onion soup	แกงจืดหอมหัวใหญ่
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Deep fried Corn cake -vegetarian	ทอดมันข้าวโพด
	D: Western / ตะวันตก	Pasta arabata	สปาเก็ตตี้ซอสอามิเอต้า
	D: Western / ตะวันตก	Grilled Chicken with Gravy	ไก่ย่างในน้ำเกรวี่
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Pumpkin Cream soup+Crouton	ซูปครีมฟักทอง+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว

<b>Week XX</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Thursday/พฤหัสบดี</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>21 February 2019</b>	

**16-23 Half Term Break**

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice / Chinese steamed dumpling	ข้าวสวย / ขนมนึ่ง ซาลาเปา
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Stir fried bean sprout	ผัดถั่วงอก
	BF: Thai / ไทย	Wax Gourd Curry with Chicken	แกงหัวปลีไก่
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Yakisoba Japanese noodle style (Vegan)	ยากิโซบะ (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Brownie Waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลบราวน์ / ครั้วซองด์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Spaghetti Becon with Eggplant	สปาเก็ตตี้เบคอนและมะเขือม่วง
	BF: Salad / สลัด	Green Salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Guava juice	น้ำฝรั่ง

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Guava juice	น้ำฝรั่ง

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Dolly Fish Fried Celery	ปลาดีดอลลี่ผัดขึ้นช่าย
	L: Thai / ไทย	Kimbab with Korean pork	คิมบับหมูเกาหลี
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Minced Wrapped in Chinese Cabbage with Soy Sauce	ผักกาดห่อหั่น+น้ำสลัดราด
	L: Western / ตะวันตก	Grilled sausage in Gravy + Baked potato	ไส้กรอกย่างในน้ำเกรวี่ + มันฝรั่งอบทอด
	L: Western / ตะวันตก	Stir-Fried Spaghetti With Crispy Bacon	สปาเก็ตตี้เบคอน
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French Bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Spinach Cream Soup+Crouton	ซूपครีมผักโขม+ขนมอบกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Corn salad	สลัดข้าวโพด
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Guava juice	น้ำฝรั่ง
	L: Dessert / ของหวาน	Rainbow Thai Glutinous Rice Balls (Bua Loi)	บัวลอยไข่หวานไดเอท

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Guava juice	น้ำฝรั่ง

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Stir Fried Chimeji Mushroom	หมูเห็ดชิเมจิผัดซอสหอยนางรม
	D: Thai / ไทย	Acacia omelets and fresh shrimp in vegetable sour soup star	แกงส้มชะอมกุ้ง
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Baked Chicken with Teriyaki Sauce	อกไก่ราดซอสเทริยากิ
	D: Western / ตะวันตก	Seafood pesto pasta	สปาเก็ตตี้ทะเลผัดซอสเพสโต
	D: Western / ตะวันตก	Pork Steak Paprica + Crispy Roasted Potato	สเต็กหมูย่างปาปริก้า + มันฝรั่งอบย่าง
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Spinach Cream Soup+Crouton	ซूपครีมผักโขม+ขนมอบกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Roast Pumpkin salad	สลัดฟักทองย่าง
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Guava juice	น้ำฝรั่ง

<b>Week XX</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Friday/ศุกร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>22 February 2019</b>	

**16-23 Half Term Break**

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice / Boiled rice	ข้าวสวย / โจ๊ก
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	American style fried rice	ข้าวผัดอเมริกัน
	BF: Thai / ไทย	Baked Broccoli with cheese	บร็อกโคลี่แ่งอบชีส
	BF: Vegetarian / มังสวิรัต	Mushroom Thai fried wonton (Vegan)	เกี้ยวเห็ดเข็มทองทอด (มังสวิรัต)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted / Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ / ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Pasta whole wheat with garlic	พาสต้าโฮลวีทผัดกระเทียม
	BF: Salad / สลัด	Green Salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Blueberry juice	น้ำบลูเบอร์รี่

Mom. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Blueberry juice	น้ำบลูเบอร์รี่

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Steamed Oringi Mushroom white rice	ข้าวมันเห็ดออริจิน
	L: Thai / ไทย	Thai Coconut Curry of Steamed Mackerels and Lotus Stems	ต้มกะทิสายบัวปลาทู
	L: Vegetarian / มังสวิรัต	Spicy minced Origin Mushrooms (Vegan)	ลาบเห็ดออริจิน (มังสวิรัต)
	L: Western / ตะวันตก	Porkchop + side dish set	พอร์คชอป+หน่อไม้ฝรั่งอบเนย
	L: Western / ตะวันตก	Stir fried macaroni with eggs	มะกะโรนีผัดไข่
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French Bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Corn Cream Soup+Crouton	ครีมซูปข้าวโพด+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Avocado mixed with cucumber salad	สลัดอะโวคาโดแตงกวา
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Blueberry juice	น้ำบลูเบอร์รี่
	L: Dessert / ของหวาน	Soy custard in ginger syrup salad	เต้าฮวยเย็น

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Blueberry juice	น้ำบลูเบอร์รี่

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Chicken panang with Fried Egg	พะแนงไข่ดาว
	D: Thai / ไทย	Korean noodle Budaejjigae	บะหมี่หม้อไฟเกาหลี บูดแจ๊ก
	D: Vegetarian / มังสวิรัต	Hot and Spicy Grilled Tofu Salad	น้ำตกฟองเต้าหู้ย่าง
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti tossed with garlic, fresh pepper and mixed seafood	สปาเก็ตตี้ทะเลผัดซีเม่า
	D: Western / ตะวันตก	Steak fish fry batter Dolly+Baked Potato	สเต็กปลาทอดลึซูปแป้งทอด+มันฝรั่งเต๋า
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Corn Cream Soup+Crouton	ครีมซูปข้าวโพด+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Summer Salad with Mixed fruit and Basil leaf	ซัมเมอร์สลัดกับผลไม้รวมและโหระพา
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Blueberry juice	น้ำบลูเบอร์รี่

<b>Week XX</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Saturday/เสาร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>23 February 2019</b>	

**16-23 Half Term Break**

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice / Chinese steamed dumpling	ข้าวสวย / ขนมนึ่ง ซาลาเปา
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Stir Fried Chicken With Lemongrass	ไก่คั่วตะไคร้
	BF: Thai / ไทย	Deep fried dried pork	หมูแดดเดียวทอด
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Sunflower sprouts fried with sauce (Vegan)	ผัดต้นอ่อนทานตะวัน (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Peanut Butter Waffles / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลเนยถั่ว / ครัฟฟองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แยม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Spaghetti Panaeng Curry with Pork	พริกแกงหมู สปาเกตตี้
	BF: Salad / สลัด	Green Salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Seefood Suki without broth	ผัดสุกี้แห้งทะเล
	L: Thai / ไทย	Stir fried broccoli with shrimp	บล๊อคโคลี่ผัดกุ้ง
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Bamboo Shoot boiled Soup (Vegan)	ต้มจืดหน่อไม้ (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Steak chicken with herb + side dish set	สเต็กไก่สมุนไพรมะเขือเทศ
	L: Western / ตะวันตก	Pasta with Creme Cheese	พาสต้าครีมชีส
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French Bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Creamy tomato Soup+Crouton	ซุปรวมมะเขือเทศ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Mixed fruit salad	สลัดผลไม้รวม
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ
	L: Dessert / ของหวาน	Ice-Cream	ไอศกรีม

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Thai green curry with coconut shoots	แกงเขียวหวานไก่ยอดมะพร้าวอ่อน
	D: Thai / ไทย	Tempura batter-fried prawns	เทมปุระกุ้ง
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Hot Pot Veggie Thick Soup (Vegan)	แจ่วฮ้อน (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Spicy Pork Sausage Spaghetti	สปาเกตตี้ไส้กรอกหมูสไปซี่
	D: Western / ตะวันตก	Clean Chicken Steak+Gravy	สเต็กไก่ย่างคลีนในน้ำเกรวี่
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Creamy tomato Soup+Crouton	ซุปรวมมะเขือเทศ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Avocado mixed with cucumber salad	สลัดอะโวคาโดแตงกวา
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจียบ

<b>Week XX</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Sunday/อาทิตย์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>24 February 2019</b>	

**16-23 Half Term Break**

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice / Boiled rice	ข้าวสวย / ข้าวต้ม
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Fried rice with Gochujang	ข้าวผัดโคชูจัง
	BF: Thai / ไทย	Stewed pork noodle soup	เกี้ยวหมูเต็งน้ำใส
	BF: Vegetarian / มังสวิรัต	Egg Muffin (Vegan)	มัฟฟินไข่ (มังสวิรัต)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted / Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ / คริวซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Baked Eggs with Cheese	มัฟฟินไข่อบชีส
	BF: Salad / สลัด	Green Salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Spicy Fried Chicken with Apple Salad	ยำแอปเปิ้ลไก่ทอด
	L: Thai / ไทย	Crispy Pork with Kale	คะน้าหมูกรอบ
	L: Vegetarian / มังสวิรัต	Chinese roll noodle soup : Vegan	ก๋วยจั๊บน้ำข้นมังสวิรัต
	L: Western / ตะวันตก	Pork Schnitzel + Crispy Roasted Potato	ซนิตเชิลหมู + มันฝรั่งอบย่าง
	L: Western / ตะวันตก	Pasta Pesto Sauce	พาสต้าเพสโตซอส
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French Bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Cauliflower Cream Soup+Crouton	ซูปครีมดอกกะหล่ำ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Summer Salad with Mixed fruit and Basil leaf	ซัมเมอร์สลัดกับผลไม้รวมและโหระพา
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้
	L: Dessert / ของหวาน	Watermelon smoothies	สมูตตี้แตงโม

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Sweet and sour fish	ปลาเปรี้ยวหวาน
	D: Thai / ไทย	Spicy soup with bean curd and mushroom	ต้มยำเต้าหู้เห็ดสาบิ้ว
	D: Vegetarian / มังสวิรัต	Stir-fried noodle with holy basil	บะหมี่ผัดน้ำพริกเผาโหระพา
	D: Western / ตะวันตก	Pasta Tom Yum with chicken	พาสต้าต้มยำไก่
	D: Western / ตะวันตก	Chicken nuggets+ Onion Ring	นั๊กเก็ตไก่ทอด+หอมทอดกรอบ
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Cauliflower Cream Soup+Crouton	ซูปครีมดอกกะหล่ำ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Grilled watermelon salad with cheese "Feta"	สลัดแตงโมย่างกับชีสเฟต้า
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้

<b>Week 22</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Monday/จันทร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>25 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice + Rice soup with chicken	ข้าวสวย + โจ๊กไก่
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Pan-fried egg with cheese and bacon toppings	ไข่กระทะชีสชีเบคอน
	BF: Thai / ไทย	Shoyu Rameng Japanese spaghetti	โซยุชาซูราเมงเส้นสปาเก็ตตี้
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Stir tofu Indian style for Vegan	ผัดเต้าหู้แบบอินเดีย มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Fruit Muesli + Chinese Steamed Dumpling	มูสลี่ผลไม้ + ขนมจีบ ซาลาเปา
	BF: Western / ตะวันตก	Bacon egg waffle + Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลไข่ เบคอน + ครัฟฟองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Cereal + Pumpkin cream soup + Crouton	ซีเรียล + ซุปครีมฟักทอง + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Strawberry juice / Milk	น้ำสตรอเบอร์รี่ / นม

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Strawberry juice / Milk	น้ำสตรอเบอร์รี่ / นม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Red curry with pork	พะแนงหมู
	L: Thai / ไทย	Mushroom soup with bamboo pulp (Vegetarian)	ซูปเห็ดเห็ดหอม (มังสวิรัติ)
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Vegan noodles in thick sauce (Vegetarian)	ราดหน้าผักรวม (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Penne pasta with cream salmon	พาสต้าครีมแซลมอน
	L: Western / ตะวันตก	Pork steak with black pepper + Vegetable side dish set	สเต็กหมูพริกไทยดำ + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Tomato cream soup + Crouton	ซูปครีมมะเขือเทศ + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Fruit salad	สลัดผลไม้
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Strawberry juice / Milk	น้ำสตรอเบอร์รี่ / นม
	L: Dessert / ของหวาน	Pumpkin in sweet coconut milk	ขนมบัวตอง

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Strawberry juice / Milk	น้ำสตรอเบอร์รี่ / นม

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Deep baked pork belly with fish sauce	หมูสามชั้นอบน้ำปลา
	D: Thai / ไทย	Pizza Japanese Suki	พิซซ่าสุกี้
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Spicy Miso Japanese noodle Rameng Vegan	สไปซีมิโซะราเมน มังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Grilled chicken breast with paprika + Roasted potato	อกไก่ย่างพริกปาปริก้า + มันฝรั่งอบ
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti white sauce mushroom cream	สปาเกตตี้ครีมซอสเห็ด
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Super light weight mushroom soup + Crouton	ซูปเห็ดรสเข้มข้นผักใบเขียว+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Strawberry juice / Milk	น้ำสตรอเบอร์รี่ / นม

<b>Week 22</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Tuesday/อังคาร</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>26 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice + rice soup	ข้าวสวย + โจ๊ก
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Omelette Italian style	ไข่เจียวแบบอิตาเลียน
	BF: Thai / ไทย	Fried conyack noodle Thai style with prawns	ผัดไทยกุ้งสดเส้นบุก
	BF: Vegetarian / มังสวิรัต	Crepe mushroom pocket	เครปพันซ์เห็ด
	BF: Western / ตะวันตก	French toast	เฟรนช์ทอส
	BF: Western / ตะวันตก	Pumpkin waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลฟักทอง / ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Cereal + Sweet potato cream soup + Crouton	ซีเรียล+ซูปครีมมันเทศ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Cantaloup juice / Milk	น้ำแคนตาลูป / นม

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรกเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Cantaloup juice / Milk	น้ำแคนตาลูป / นม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Stir-fried minced pork + basil with shredded bamboo-shoot	ผัดกะเพราหมูสับไม้สั้หมูสับ
	L: Thai / ไทย	Vietnamese noodle style	ก๋วยเตี๋ยวเฟื่อ
	L: Vegetarian / มังสวิรัต	Steamed mushroom in Lemon Juice Spicy Salad (Vegetarian)	เห็ดมะนาว (มังสวิรัต)
	L: Western / ตะวันตก	Spaghetti cream pizza (Vegetarian)	สปาเกตตี้ครีมพิซซ่า (มังสวิรัต)
	L: Western / ตะวันตก	Porkshop steak Hawaiian + Vegetable side dish set	พอร์คชอปสตีคฮาวายี + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Pumpkin spice cream soup + Crouton	ซูปครีมฟักทองเครื่องเทศ + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Japanese salad	ยำสลัดญี่ปุ่น
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Cantaloup juice / Milk	น้ำแคนตาลูป / นม
	L: Dessert / ของหวาน	Lod Chong Singapore Cendol	ลอดช่องสิงคโปร์

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Cantaloup juice / Milk	น้ำแคนตาลูป / นม

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Southern Thai dry curry with ground pork Khua Kling	ควักลิ้งหมูสับ + น้ำซูปใส
	D: Thai / ไทย	Fried mackarel fish topped with sweet, sour and hot sauce	ปลาทุ 3 รส
	D: Vegetarian / มังสวิรัต	Cashew Nuts Spicy Salad	ยำเม็ดมะม่วงหิมพานต์
	D: Western / ตะวันตก	Baked Spinach stick with cheese	ผักโขมแห้งอบชีส
	D: Western / ตะวันตก	Pasta with tomato cream sauce	พาสต้ามะเขือเทศ
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Purple sweet potato soup + Crouton	ซูปมันม่วง + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Cantaloup juice / Milk	น้ำแคนตาลูป / นม

<b>Week 22</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Wednesday/พุธ</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>27 February 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice + Boiled rice with chicken	ข้าวสวย + ข้าวต้มไก่
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Thai stuffed omelette and minced pork	ไข่ยัดไส้หมูสับ
	BF: Thai / ไทย	Yellow curry wild betel leafbush with prawns	แกงกุ้งใบชะพลู
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Spicy lemon grass soup with omelette Vegan	ต้มยำไข่เจียวมังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Bologna roll	โบโลญญาโรล
	BF: Western / ตะวันตก	Red velvet waffle + Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลเรด เวลเวท + คริวซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Cereal + Chicken cream soup + Crouton	ซีเรียล+ซูปครีมไก่+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon juice / Milk	น้ำมะนาว / นม

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon juice / Milk	น้ำมะนาว / นม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Rice topping with Shashu pork + Miso soup	ข้าวหน้าหมูชาชู + น้ำซุปรมิโซะ
	L: Thai / ไทย	Fried Dory fish with garlic and pepper	ปลาตอร์รี่ผัดกระเทียม
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Vegan green noodle in hot and sour soup	บะหมี่หยกน้ำขิงมังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Macaroni and omelette cheese	มักกะโรนีออมเล็ตชีส
	L: Western / ตะวันตก	Chicken steak Korean style + Vegetable side dish set	สเต็กไก่สไตล์เกาหลี + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Leek cream soup + Crouton	ซูปครีมต้นกระเทียม + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Potato salad Japanese style	สลัดมันฝรั่งสไตล์ญี่ปุ่น
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon juice / Milk	น้ำมะนาว / นม
	L: Dessert / ของหวาน	Rubies in coconut milk and ice cubes.	ขนมทับทิมกรอบกะทิสดใส่น้ำแข็ง

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon juice / Milk	น้ำมะนาว / นม

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Spicy and sour pork fried rice salad	ยำข้าวทอดแหม่มหมูสับ
	D: Thai / ไทย	Squid barbecue Korean style	ปลาหมึกย่างบาร์บีคิวเกาหลี
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Chinese white radish soup with eggs : Vegan	ต้มจืดหัวไชเท้าไข่มูม มังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Pork steak + Hash Brown paprica	แฮชบราวปาปริก้า
	D: Western / ตะวันตก	Macaroni Carbonara	มักกะโรนีคาโบนาร่า
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Mix veggie cream soup + Crouton	ซูปครีมผักรวม + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon juice / Milk	น้ำมะนาว / นม



<b>Week 22</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Thursday/พฤหัสบดี</b>
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>28 February 2019</b>

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice + Boiled rice with pork	ข้าวสวย + ข้าวต้มหมู
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Clear soup tofu + Egg roll minced pork and clear noodle	แกงจืดไข่ม้วนหมูสับวุ้นเส้น
	BF: Thai / ไทย	Vietnamese noodle soup	ต้มเส้นอุบล
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Bamboo shoot and Japanese pumpkin curry: Vegan	แกงหน่อไม้หวาน พักทองญี่ปุ่น มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Fruit Muesli + Chinese Steamed Dumpling	มูสลี่ผลไม้ + ขนมจีบ ซาลาเปา
	BF: Western / ตะวันตก	Pancake + syrup and honey / Croissant + Butter + Jam	แพนเค้ก + น้ำเชื่อม น้ำผึ้ง / ครัฟฟองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Cereal + Corn cream soup + Crouton	ซีเรียล+ซูปครีมข้าวโพด+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Blueberry juice / Milk	น้ำบลูเบอร์รี่ / นม

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Blueberry juice / Milk	น้ำบลูเบอร์รี่ / นม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Deep fried spicy minced pork	ลาบหมูทอด
	L: Thai / ไทย	Bibimbup Korean rice salad	บิบบิมบับ ข้าวยาเกาหลี
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Spicy stir fried mushroom + holy basil leaves: Vegan	เห็ดออริจินผัดซีเมามังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Spaghetti sausage with fried chili	พาสต้าผัดพริกแห้งใส่กรอก ไม่เผ็ด
	L: Western / ตะวันตก	Pork steak with honey & mustard sauce + Side dish set	สเต็กหมูน้ำผึ้งมัสตาร์ด + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Corn cream Soup + Crouton	สังขยาครีมซูปข้าวโพด + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Bacon salad with Japanese sauce	สลัดเบคอนซอสญี่ปุ่น
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Blueberry juice / Milk	น้ำบลูเบอร์รี่ / นม
	L: Dessert / ของหวาน	Colorful Jelly with Lemon basil seed	ขนมวุ้นแมงลักหลากสี

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Blueberry juice / Milk	น้ำบลูเบอร์รี่ / นม

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Chilli dip tomato with minced pork	น้ำพริกมะเขือเทศหมูสับ
	D: Thai / ไทย	Kimchi curry	แกงกิมจิ ซุปกิมจิ
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Veggie Sushi vegan	ซูชิโอมเมต มังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Batter fish stick + Baked potato	ปลาซุบแห้งทอดสติ๊ก + มันฝรั่งอบย่าง
	D: Western / ตะวันตก	Macaroni tomato sauce	มักกะโรนีซอสมะเขือเทศ
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Carrot and potato cream soup + Crouton	ซูปข้นแครอทมันฝรั่ง + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Blueberry juice / Milk	น้ำบลูเบอร์รี่ / นม

<b>Week 22</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Friday/ศุกร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>1 March 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice + Rice Soup	ข้าวสวย + โจ๊ก
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Fried minced pork with salty egg	หมูสับผัดไข่เค็ม
	BF: Thai / ไทย	Fried cheese stick	ชีสสตีกทอด
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Stir mix veggies : Vegan	ผัดผักรวมมิตร มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Grilled mushroom bologna cheese tortilla	ทอดิญาเห็ดโบลโลนาชีสไรโซมัน
	BF: Western / ตะวันตก	Sweet potato waffles / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลมันเทศ / ครั้วซองด์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Cereal + Tuna cream soup + Crouton	ซีเรียล+ซูปครีมทูน่า+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Pineapple juice / Milk	น้ำสับปะรด / นม

Mom. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรกเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Pineapple juice / Milk	น้ำสับปะรด / นม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Papaya salad with Glass Seaweed noodle and prawns	ส้มตำเส้นแก้วกุ้งสด
	L: Thai / ไทย	Stir fried minced chicken breast with hot yellow curry paste	ควักลิ่งอกไก่สับ
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Vegan noodle mushroom Wonton soup	เกี๊ยวน้ำใส่เห็ดหอมมังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Batter fish + Chips	ปลาชุบแป้งทอด + มันฝรั่งทอด
	L: Western / ตะวันตก	Pork steak with garlic + Side dish set	สเต็กหมูกระเทียม + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Cauliflower cream soup + Crouton	ซูปครีมดอกกะหล่ำ + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Banana mix salad	สลัดกล้วยหอม
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Pineapple juice / Milk	น้ำสับปะรด / นม
	L: Dessert / ของหวาน	Apple crumble + Ice-cream	แอปเปิ้ลครัมเบิล + ไอศกรีม

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Pineapple juice / Milk	น้ำสับปะรด / นม

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Deep fried chili paste minced pork	ลาบแจ่วบองทอด+ผักสด
	D: Thai / ไทย	Tempura Tororo Soba	เทมปุระโซบะ
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Stir fried white tofu with black pepper: Vegan	เต้าหู้ขาวผัดพริกไทยดำ มังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Baked potato with butter	มันฝรั่งผัดเครื่องปรุงอบเนย
	D: Western / ตะวันตก	Pasta whole wheat with garlic	พาสต้าโฮลวีทผัดกระเทียม
	D: Western / ตะวันตก	Bun	ขนมปังก้อน
	D: Soup / ซุป	Brocoli cream soup + Crouton	ซูปบรอคโคลีชีส + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Pineapple juice / Milk	น้ำสับปะรด / นม

<b>Week 22</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Saturday/เสาร์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>2 March 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice + Boiled rice with chicken	ข้าวสวย + ข้าวต้มไก่
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Pork stuffed omelette	ไข่ยัดไส้หมูสับ
	BF: Thai / ไทย	Fried cheese stick	ชีสสตีกทอด
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Coconut milk mushroom Curry : Vegan	แกงกะทิเห็ดออริจิ มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Crepe tuna pocket	เครปทูน่าพ็อคเก็ต
	BF: Western / ตะวันตก	Peanut butter waffles / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลเนยถั่ว / ครัฟฟองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Cereal + Mushroom Cream soup + Crouton	ซีเรียล+ซูปครีมเห็ด+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Apple juice / Milk	น้ำแอปเปิล / นม

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Apple juice / Milk	น้ำแอปเปิล / นม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Deep fried pork belly with fish sauce	หมูสามชั้นนอบน้ำปลา
	L: Thai / ไทย	Chabuton Japanese ramen spaghetti	โซยุชาซูราเมงเส้นสปาเก็ตตี้
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Tamagoyaki Japanese omelette : Vegan	ไข่หวานญี่ปุ่น มังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Penne minced tomato and cucumber	เพนเนมะเขือเทศสับและแตงกวาญี่ปุ่น
	L: Western / ตะวันตก	Chicken steak with Paprika + Baked grill potato	ไก่ย่างปอปริก้า + มันฝรั่งอบย่าง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Chicken cream soup + Crouton	ซูปไก่ขุ่น + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Fruit salad mix with yogurt and honey	ฟรุ๊ตสลัด โยเกิร์ตน้ำผึ้ง
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Apple juice / Milk	น้ำแอปเปิล / นม
	L: Dessert / ของหวาน	Coconut milk Jelly	วุ้นกะทิสด

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Apple juice / Milk	น้ำแอปเปิล / นม

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Spicy chicken soup (Tom Yum Gai)	ต้มยำไก่
	D: Thai / ไทย	Stir Edamame seed with bacon	ผัดเมล็ดถั่วแระญี่ปุ่นกับเบคอน
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Cashew nut fried with tofu and sweet sauce: Vegan	เต้าหู้ผัดเม็ดมะม่วงหิมพานต์ มังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Baked potato	มันฝรั่งอบย่าง
	D: Western / ตะวันตก	Pasta Tom Yum with chicken	พาสต้าต้มยำไก่
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Mix veggies cream soup + Crouton	ซูปผักรวมมิตร + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Apple juice / Milk	น้ำแอปเปิล / นม

<b>Week 22</b>	<b>Date / วันที่</b>	<b>Sunday/อาทิตย์</b>	
<b>Meals / มื้อ</b>	<b>Item / รายการ</b>	<b>3 March 2019</b>	

<b>Breakfast</b>	BF: Thai / ไทย	Steamed rice + Porridge	ข้าวสวย + โจ๊กข้าวโอ๊ตโกสติก
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Poached egg with cheesy mustard sauce	ไข่เบเนดิกต์
	BF: Thai / ไทย	Chicken, gourd and pickled lime soup	ต้มผักโถมนวดอง
	BF: Vegetarian / มังสวิรัติ	Fried rice with salted egg and chili paste : Vegan	ข้าวผัดน้ำพริกเผาไข่เค็ม มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Mini bologna burger	เบอร์เกอร์โบโลนาเฟต้าชีส
	BF: Western / ตะวันตก	Matcha waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลชาเขียว / ครั้วซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Cereal + Pumpkin cream soup + Crouton	ซีเรียล + ซุปครีมฟักทอง + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	BF: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	BF: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	BF: Beverage / เครื่องดื่ม	Beetroot juice / Milk	น้ำบีทรูท / นม

Morn. Snack	MB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Beetroot juice / Milk	น้ำบีทรูท / นม

<b>Lunch</b>	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Stir fried pork with Teriyaki sauce	ข้าวหน้าหมูสไลซ์ซอสเทอริยากิ
	L: Thai / ไทย	Ground chicken with holy basil omelette	ไข่เจียวลาบอกไก่สับ
	L: Vegetarian / มังสวิรัติ	Fried spicy rice Vermicelli with shrimp & Water minosa	เส้นหมี่ผัดผักกระเฉด มังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Spaghetti pizza Hawaiian favor	สปาเกตตี้รสพิซซ่าฮาวายีอัน
	L: Western / ตะวันตก	Baked potato	มันฝรั่งอบทอด
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Onion cream soup + Crouton	ซุปครีมหอมใหญ่ + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Cesar salad	ซีซาร์สลัด
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Beetroot juice / Milk	น้ำบีทรูท / นม
	L: Dessert / ของหวาน	Bread Rainbow cheese	ขนมปังอบชีสสายรุ้ง

Aftern. Snack	AB: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	AB: Beverage / เครื่องดื่ม	Beetroot juice / Milk	น้ำบีทรูท / นม

<b>Dinner</b>	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Cucumber spicy salad	ส้มตำแตงกวา
	D: Thai / ไทย	Northern style pork curry with garlic	แกงฮังเล
	D: Vegetarian / มังสวิรัติ	Stir fried Japanese tofu with curry powder vegan	เต้าหู้ญี่ปุ่นผัดผงกะหรี่ มังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Jacket potato	แจ๊คเก็ตไปเทโต้
	D: Western / ตะวันตก	Creamy Spaghetti with crispy bacon	สปาเกตตี้ซอสครีมมีเบคอน
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาแกต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	White kidney bean cream soup + Crouton	ซุปครีมขั้วถั่วขาว + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Beetroot juice / Milk	น้ำบีทรูท / นม