

Week 16	Date / วันที่	Monday/จันทร์	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	7 January 2019	

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Pork porridge / Boiled egg	โจ๊กหมู / ไช้ลาวก
	BF: Thai / ไทย	Seweed soup with mushroom	แกงสาหร่ายเห็ดหูหนูขาว
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Stir-fried morning glory (Vegan)	ผัดผักบุ้ง (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted + Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์ทอส + ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แอม + ไช้ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Mini fusilli tom yum with boiled egg	มินิฟูซิลลีต้มยำไข่ต้ม
	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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Green curry with dolly fish	แกงเขียวหวานปลาตอลลี
	L: Thai / ไทย	Stir-fried pork with holy basil leaves	ผัดกระเพราหมูกรอบ
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Crispy deep fried veggies salad : Vegan	ยำผักทอดกรอบ มังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Chicken steak in a creamy sauce with seasonal vegetables	สเต็กอกไก่อบซอส + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Spaghetti with pepper + mushroom	สปาเกตตีชี้เมาเห็ดเต้าหู้ทอด
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Potato & leek soup + crouton	ซูปมันฝรั่งต้นหอม+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	Cereal in ginger syrup	เต้าทิง

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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Fried Skewered Milk Pork	หมูหมักทอดนมสด
	D: Thai / ไทย	Fried chicken with kale	อกไก่ผัดคะน้า
	D: Vegan / มังสวิรัติ	Clear soup with tofu : Vegan	ต้มจืดเต้าหู้ มังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti Carbonara	สปาเกตตีคาร์ทาโบนาร่า
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Western / ตะวันตก	Chicken nuggets + Onion Ring	นั๊กเก็ตไก่ทอด+หอมทอดกรอบ
	D: Soup / ซุป	Potato & Leek Soup + Crouton	ซูปมันฝรั่งต้นหอม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemon grass juice	น้ำตะไคร้

Week 16	Date / วันที่	Tuesday/อังคาร	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	8 January 2019	

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Roti + Whole grains	โรตีสายดำ+ธัญพืช
	BF: Thai / ไทย	Pan-fried egg	ไข่กระทะ
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Clear soup (Vegan)	ต้มจืดผัก (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Pumpkin waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลฟักทอง / ครีซังต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Baked corn with cheese	ข้าวโพดชีสกระทะร้อน
	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
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Bael fruit juice	น้ำมะตูม

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Bamboo Shoot boiled with pork bones	ต้มจืดหน่อไม้กระดูกอ่อนหมู
	L: Thai / ไทย	Stir-Fried Spicy Shanghai Noodle with Chicken	เซียงไฮ้ผัดซีเม้าไก่
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Fried potato paprika + Grilled tomato : Vegan	มันทอดปาปิก้า+มะเขือเทศรมควัน มังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Baked Broccoli with cheese	บร็อคโคลี่อบชีส
	L: Western / ตะวันตก	Dolly fried fish steak with garlic butter sauce + seasonal veggie	สเต็กปลาดีหรือซอสเนย + เครื่องเคียง
	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	Bael fruit juice	น้ำมะตูม
	L: Dessert / ของหวาน	Grass jelly with Tea Latte	เจลาทินชาไทย

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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Grilled chicken breast with black pepper	อกไก่ย่างพริกไทยดำ
	D: Thai / ไทย	Spicy Fried Clam	ผัดหอยลาย
	D: Vegan / มังสวิรัติ	Vegan Spicy Salad	ส้มตำเจ
	D: Western / ตะวันตก	Stir-Fried Spaghetti With Crispy Bacon	สปาเกตตีเบคอน
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Western / ตะวันตก	German Pork Hocks	ขาหมูเยอรมัน
	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

Week 16	Date / วันที่	Wednesday/พุธ	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	9 January 2019	

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Boiled rice with pork	ข้าวต้มหมู
	BF: Thai / ไทย	Rolled egg	ไข่ม้วนทรงเครื่อง
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Chinese vegetable stew (Vegan)	จับฉ่าย (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted + Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ + ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แยม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Baked potato with butter	มันฝรั่งอบเนย
	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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Tom Yum Chicken with muchroom	ต้มยำไก่ใส่เห็ด
	L: Thai / ไทย	Dolly fish steak with sauce	สเต็กปลาตอลี่ราดซอส
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Tofu wrapped in Chinese cabbage with soy sauce : Vegan	ผักกาดห่อเต้าหู้อบ+น้ำสลัดราด มังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Cheese, potato and tomato pie	พายมันฝรั่งบดอบชีสและมะเขือเทศ
	L: Western / ตะวันตก	Thai sausage and gravy	ไส้กรอกไทยในน้ำเกรวี่
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Pumpkin Cream soup+Crouton	ซุปรีมฟักทอง+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Grilled fish salad	สลัดผักปลาย่าง
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Pandanus juice	น้ำใบเตย
	L: Dessert / ของหวาน	Mixed fruit Roti	โรตีสีผลไม้รวม

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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Roasted pork chops	หมูสับคั่วต้มยำ
	D: Thai / ไทย	Stir-fried morning glory with salted eggs	ผัดผักบุ้งไข่เค็ม
	D: Vegan / มังสวิรัติ	Thai Coconut Curry and Lotus Stems : Vegan	ต้มกะทิสายบัวมังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Stir fried macaroni with eggs	มะกะโรนีผัดไข่
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Western / ตะวันตก	Mushroom Lasagna	ลาซานยาเห็ด
	D: Soup / ซุป	Pumpkin Cream soup+Crouton	ซุปรีมฟักทอง+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Pandanus juice	น้ำใบเตย

Week 16	Date / วันที่	Thursday/พฤหัสบดี	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	10 January 2019	

Breakfast	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: Vegan / มังสวิรัติ	Coconut Soup (Vegan)	ต้มข่าเห็ด (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Brownie Waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลบราวน์ / ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Roasted potatoes baked with honey	มันฝรั่งย่างอบน้ำผึ้ง
	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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Tom yum pork stew noodle soup	บะหมี่ต้มยำน้ำข้น
	L: Thai / ไทย	Papaya mixed with carrot and fruit salad	ส้มตำแครอท+ผลไม้
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Paneang mushroom curry : Vegan	พะแนงเห็ดมังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Pork chop + seasonal vegetables	พอร์คชอป + หน่อไม้ฝรั่งอบเนย
	L: Western / ตะวันตก	Traditional minced beef lasagne	ลาซานญาเนื้อบด
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Spinach Cream Soup+Crouton	ซูปครีมผักโขม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Corn salad	สลัดข้าวโพด
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว
	L: Dessert / ของหวาน	Rainbow Thai Glutinous Rice Balls (Bua Loi)	บัวลอยไข่หวานไตเหา

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

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

Week 16	Date / วันที่	Friday/ศุกร์
Meals / มื้อ	Item / รายการ	11 January 2019

Breakfast	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: Vegan / มังสวิรัติ	Egg in sweet brown sauce soup (Vegan)	พะโล้ (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	Young sunflower plant baked with 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	Longan juice	น้ำลำไย

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Noodle with Roast red pork	ก๋วยเตี๋ยวหมูแดง
	L: Thai / ไทย	Stir fried seafood with ginger	ผัดฉ่าทะเล
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Thai Mixed Vegetable soup : Vegan	แกงเลียงมังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Battered fish & chips with seasonal vegetables	ฟิชแอนด์ชิพ + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Pasta with tomato and garlic	พาสต้าผัดมะเขือเทศกระเทียม
	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	Strawberry cheese cake + Ice cream	สตรอว์เบอร์รี่ ชีส เค้ก + ไอศกรีม

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

Dinner	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: Vegan / มังสวิรัติ	Wax Gourd Curry : Vegan	แกงหัวปลีมังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Western / ตะวันตก	Grilled Chicken with Gravy	ไก่ย่างในน้ำเกรวี่
	D: Western / ตะวันตก	Fusili Basil Sause with Pork	ฟูซิลีซอสกะเพราหมู
	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

Week 16	Date / วันที่	Saturday/เสาร์	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	12 January 2019	

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Fried rice with chinese sausage	ข้าวอบกุนเชียง
	BF: Thai / ไทย	Steamed Egg	ไข่อบเต้าหู้ไข่
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Clear glass noodle soup (Vegan)	แกงจืดวุ้นเส้น (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Peanut Butter Waffles / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลเนยถั่ว / ครั้วซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แยม + 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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Hot & sour smoked dry fish soup	ต้มยำปลากระอบ
	L: Thai / ไทย	Spicy minced pork mixed with noodle	ลาบหมูวุ้นเส้นทอด
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Pasta with Cheese and berries sauce : Vegan	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)	บาเก็ต (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	บิงซูผลไม้รวม

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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Sour orange Soup with Fish	แกงส้มปลาช่อนแปะชะ
	D: Thai / ไทย	Northern thai meat and tomato spicy dip	น้ำพริกอ่อนไก่สับ+เครื่องเคียง
	D: Vegan / มังสวิรัติ	Stir fried noodle with black soy sauce : Vegan	ผัดซีอิ้วมังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Barbecued with pork stick	บาร์บีคิวหมูทอดสด
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Western / ตะวันตก	Jacket Potato	มันฝรั่งอบเนย
	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

Week 16	Date / วันที่	Sunday/อาทิตย์
Meals / มื้อ	Item / รายการ	13 January 2019

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Boiled rice with Dolly fish	ข้าวต้มปลาคอลลี่
	BF: Thai / ไทย	Italian Scramble Egg	ไข่คนน็อคดาเลียน
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Vegetable Soup (Vegan)	เกาเหลา (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted / Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ / คริวซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แยม + 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

Lunch	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	คั่วกิ้งไก่สับ
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Sushi vegan	ซูชิมังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Butter pork and seasonal vegetables	สเต็กหมูอบเนย + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Lyonnise potatoes	มันฝรั่งผัดหอมใหญ่
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (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	ตะโก้สาธุข้าวโพด

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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Roasted pork chops	หมูสับคั่วต้มยำ
	D: Thai / ไทย	Stir-fried morning glory with salted eggs	ผัดผักบุ้งไข่เค็ม
	D: Vegan / มังสวิรัติ	Mushroom stir fried	เห็ดฟางผัดพริกสด
	D: Western / ตะวันตก	Steak fish	สเต็กปลาทอด
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti with Pumpkin and Spinach	สปาเก็ตตี้พริกทองผักโขม
	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

Week 17	Date / วันที่	Monday/จันทร์	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	14 January 2019	

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	American Fried Rice	ข้าวผัดอเมริกัน
	BF: Thai / ไทย	Thai style pork omelette	ไข่เจียวหมูสับ
	BF: Vegan / 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	เฟรนช์โทสต์ + คราวซองต์ + 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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Spicy minced pork	น้ำตกหมู
	L: Thai / ไทย	Grilled chicken & papaya salad	ไก่ย่าง & ส้มตำ
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Thai style clear soup (Vegan)	แกงเหมา (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Pasta pesto sauce	พาสต้าเพสโตซอส
	L: Western / ตะวันตก	Pork schnitzel & Crispy roasted potato	ซนิตเซลหมู & มันฝรั่งอบกรอบ
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Pineapple fried rice	ข้าวผัดสับประรด
	D: Thai / ไทย	Fried chicken wings	ปีกไก่ทอด
	D: Vegan / มังสวิรัติ	Omelete Souffle (Vegan)	ไข่เจียวซูเฟล (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Crab Carbonara Fettuccine with Curry Powder	เพตตูชีน้ครีมผงกะหรี่ปู
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti with mushroom cream sauce	สปาเก็ตตี้ครีมซอสเห็ด
	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	Orange juice	น้ำส้ม

Week 17	Date / วันที่	Tuesday/อังคาร	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	15 January 2019	

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Garlic fried rice	ข้าวผัดกระเทียม
	BF: Thai / ไทย	Crispy bacon	เบคอนย่างกรอบ
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Vietnamese Noodle soup : Vegan	ก๋วยจั๊บน้ำร้อนมังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Croquette + Fried Pork	โครเก็ทมันฝรั่ง + หมูทอด
	BF: Western / ตะวันตก	Pumpkin Waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลฟักทอง / ครั้วของต์ + 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
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Keg-huay juice	น้ำเก๊กฮวย

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Spicy fried chicken with apple salad	ยำแอมเปิลไก่ทอด
	L: Thai / ไทย	Crispy pork with kale	คะน้าหมูกรอบ
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Chinese roll noodle soup (Vegan)	ก๋วยจั๊บน้ำร้อน (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Creamy spaghetti with crispy bacon	สปาเกตตีซอสครีมมีเบคอน
	L: Western / ตะวันตก	Baked potato butter & Coleslaw	มันฝรั่งอบเนย & โคลสลอร์
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ท (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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Crispy wonton phad thai with chicken	ผัดไทยเกี้ยวกรอบ
	D: Thai / ไทย	Bamboo shoot soup - north Eastern style	แกงหน่อไม้แบบอีสานไม่เผ็ด
	D: Vegan / มังสวิรัติ	Crispy deep fried veggies salad (Vegan)	ยำผักทอดกรอบ (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Fusilli with minced pork	ฟูซิลลีผัดกระเจ็ดหมูสับ
	D: Western / ตะวันตก	Roasted breast chicken with BBQ sause	อกไก่บาร์บีคิว
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ท (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

Week 17	Date / วันที่	Wednesday/พุธ	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	16 January 2019	

Breakfast	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: Vegan / 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 + ครัฟฟองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Grilled Mushroom Bologna Tortilla	ทอดิญาเห็ดโบลโลนาชีสไรซ์มัน
	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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Fried stir basil with minced pork	กะเพราหมูสับ
	L: Thai / ไทย	Yellow curry with mix vegetables and prawn	แกงเลียงกุ้งสด
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Stired origin mushroom with sauce (Vegan)	ผัดเห็ดออริจิน (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Creamy spaghetti cabonara	สปาเกตตี้ซอสครีมคาโบนาร่า
	L: Western / ตะวันตก	Pork steak paprica & Crispy roasted potato	สเต็กหมูย่างปอปริก้า & มันฝรั่งอบย่าง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (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

Dinner	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: Vegan / มังสวิรัติ	Red curry (Vegen)	แกงเผ็ดเปิดย่าง (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Chicken Pasta with sauce	พาสต้าอกไก่ซอส
	D: Western / ตะวันตก	Cheesy mashed potato	มันฝรั่งบดอบชีส
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (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

Week 17	Date / วันที่	Thursday/พฤหัสบดี	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	17 January 2019	

Breakfast	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: Vegan / มังสวิรัติ	Vietnamese Noodle Soup : Vegan	ก๋วยจั๊บอุบลมังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Baked Eggs in Bread Bowls	ไข่อบในขนมปัง
	BF: Western / ตะวันตก	Brownie Waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลบราวน์ / ครัฟฟองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Poached Eggs served with Bacon and Baked Potato	โพชเอ้กเสิร์ฟกับเบคอนและมันฝรั่งอบ
	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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Pork with lemongrass	หมูผัดตะไคร้
	L: Thai / ไทย	Fish in red curry	ถู๋ปลาดอลลี่
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Noodle creamy tom yum soup (Vegan)	ก๋วยเตี๋ยวต้มยำน้ำข้น (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Pasta arabata	สปาเก็ตตี้ซอสอาร์บิออตต้า
	L: Western / ตะวันตก	Grilled chicken breast & mash potato & grilled vegetable	เนื้ออกไก่ย่าง & มันฝรั่งบด & เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บากเก็ต (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	เจก๊วย

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

Dinner	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: Vegan / มังสวิรัติ	Clear soup Noodle (Vegan)	ก๋วยเตี๋ยวน้ำใส (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Pasta Tom yum and chicken	พาสต้าต้มยำไก่
	D: Western / ตะวันตก	Baked potato and butter	มันฝรั่งอบเนย
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บากเก็ต (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

Week 17	Date / วันที่	Friday/ศุกร์
Meals / มื้อ	Item / รายการ	18 January 2019

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Fried rice with Salmon	ข้าวผัดปลาแซลมอน
	BF: Thai / ไทย	Mixed Veggies fried in oyster sauce	ผัดน้ำมันหอยผักรวมโขลกกระเทียม
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Tofu Curry with Wild Betel Bush Vegan	แกงเต้าหู้ใบชะพลู (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Linguine Bacon, Peas	ลิ่งกวินีผัดเบคอนและถั่ว
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted / Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ / ครัฟฟอง + 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

Lunch	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: Vegan / มังสวิรัติ	Tom Yum mushroom soup (Vegan)	ต้มยำเห็ดต้นขี้ (มังสวิรัติ)
	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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Seafood spicy soup	แกงมิโตะแตกทะเล
	D: Thai / ไทย	Grill pork with herbs	หมูย่างสมุนไพร
	D: Vegan / มังสวิรัติ	Panaeng Curry with Mushroom (Vegan)	พะแนงเห็ด (มังสวิรัติ)
	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	ซัมเมอร์สลัดกับผลไม้รวมและใบโหระพา
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Longan juice	น้ำลำไย

Week 17	Date / วันที่	Saturday/เสาร์	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	19 January 2019	

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Fried rice with Japanese Curry Chicken	ข้าวผัดแกงกะหรี่ญี่ปุ่น
	BF: Thai / ไทย	Fried Pork teriyaki	หมูทอดเทอริยากิ
	BF: Vegan / 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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Fried boiled egg with tamarind sauce	ไข่ลูกเขย
	L: Thai / ไทย	Japanese noodle	ราเม็งน้ำขุ่น
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Spicy curry with mixed vegetable (Vegan)	แกงป่า (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Spaghetti tossed with garlic, fresh pepper and mixed seafood	สปาเก็ตตี้ทะเลผัดชีสมา
	L: Western / ตะวันตก	Steak fish fried batter dolly & Baked potato	สเต็กปลาทอดลึชุปแป้งทอด & มันฝรั่งเต่า
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บากเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Creamy tomato soup & Crouton	ซูปมะเขือเทศ & ขนมปังกรอบทรงลูกเต่า
	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	น้ำกระเจี๊ยบ

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Pineapple and pork ribs soup	แกงจืดสับปรดซี่โครงกระดูกอ่อน
	D: Thai / ไทย	Fried konyac noodle with spicy seafood	เส้นบุกผัดผัดซี๊มาทะเล
	D: Vegan / 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)	บากเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Creamy tomato Soup+Crouton	ซูปครีมมะเขือเทศ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต่า
	D: Salad / สลัด	Avocado mixed with cucumber salad	สลัดอะโวคาโดแตงกวา
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Roselle juice	น้ำกระเจี๊ยบ

Week 17	Date / วันที่	Sunday/อาทิตย์
Meals / มื้อ	Item / รายการ	20 January 2019

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Japanese Steamed Egg	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น
	BF: Thai / ไทย	Baked Chicken Mexican	ไก่อบแม็กซิกัน
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Baked Eggs in Potato Bowls Vegan	ไข่อบในมันฝรั่ง มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Fusilli with Chipolata Sausage in Marinara Sauce	พู่ซีสลัดไส้กรอก
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted / Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ / คริวซองต์ + 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

Lunch	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: Vegan / 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)	บาเก็ตต์ (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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Breaded steak fries	ปลาชุบเกล็ดขนมปัง
	D: Thai / ไทย	Red curry with roasted duck	แกงเผ็ดเปิดย่างไม่เผ็ด
	D: Vegan / มังสวิรัติ	Udon with Seafood Tomyum sauce (Vegan)	อูด้งซอสต้มยำทะเล (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Baked veggies with Cheese	ผักอบชีส
	D: Western / ตะวันตก	Sausage and French fries	ไส้กรอกและเฟรนช์ฟราย
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ตต์ (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

Week 18	Date / วันที่	Monday/จันทร์
Meals / มื้อ	Item / รายการ	21 January 2019

Breakfast	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: Vegan / มังสวิรัติ	Vegeterian Sweet and Sour fried (Vegan)	ผัดเปรี้ยวหวานเจ (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted + Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์ทอส + ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แยม + 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	น้ำพันท้มส้มสับประรด

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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Chicken Coconut Soup	แกงข่าไก่ไม่เผ็ด
	L: Thai / ไทย	Stir Fried Vegetables with squid	หมึกผัดผักรวม
	L: Vegan / 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	ซูปมันฝรั่งต้นหอม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Cucumber salad	สลัดแตงกวา
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Punch Orange with pineapple	น้ำพันท้มส้มสับประรด
	L: Dessert / ของหวาน	Lod Chong Singapore Cendol	ลอดช่องสิงคโปร์

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

Dinner	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	ยำปลาชุกฟู
	D: Vegan / มังสวิรัติ	ThaiMixed Vegetable Vegan soup	แกงเลียงมังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti with Pumpkin and Spinach	สปาเก็ตตี้ฟักทองผักโขม
	D: Western / ตะวันตก	Baked Mashed Potato with Cheese	มันบดอบชีส
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Potato & Leek Soup + Crouton	ซูปมันฝรั่งต้นหอม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Punch Orange with pineapple	น้ำพันท้มส้มสับประรด

Week 18	Date / วันที่	Tuesday/อังคาร
Meals / มื้อ	Item / รายการ	22 January 2019

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice / Chinese steamed dumpling	ข้าวสวย / ขนมจีบ ชาลาเปา
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Mexican fried egg	ไข่ทอดเม็กซิกัน
	BF: Thai / ไทย	Tonkatsu fried pork	หมูทอดทงคัตสึ
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Battered Corn (Vegan)	ข้าวโพดกระเทียมร้อน (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Pumpkin waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลฟักทอง / คริวซองต์ + 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
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Mixed fruit+veggies juice	น้ำผักผลไม้รวม

Lunch	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: Vegan / 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	เจลาตตินชาไทย

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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Spicy salad with fried egg	ยำไข่ดาว
	D: Thai / ไทย	Pork and Potato Soup	ต้มซุปรวมกับมันฝรั่ง
	D: Vegan / 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

Week 18	Date / วันที่	Wednesday/พุธ
Meals / มื้อ	Item / รายการ	23 January 2019

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice / Boiled rice	ข้าวสวย / ข้าวต้ม
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Chinese roll noodle soup	ก๋วยจั๊บน้ำร้อน
	BF: Thai / ไทย	Fried minced chicken	ไก่ก๋วยเตี๋ยว
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Stir Fried tofu with Black Pepper (Vegan)	เต้าหู้ผัดพริกไทยดำ (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted + Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์ทอส + 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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Fried conyok noodle Thai style with prawns	ผัดไทยกุ้งสดเส้นบุก
	L: Thai / ไทย	Mushroom soup	ต้มยำเห็ดนางฟ้าไม่เผ็ด
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Crispy deep fried veggies salad	ยำผักทอดกรอบ
	L: Western / ตะวันตก	Steak Dolly fish with sauce + side dish set	สเต็กปลาสดลิ้นจี่ราดซอส + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Roasted breast chicken with paprica sauce + Baked potato	อกไก่ย่างซอสปาปริก้า + มันฝรั่งอบ
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French Bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Pumpkin Cream soup+Crouton	ซุปรวมผักทอง+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	มะตะบะผลไม้รวม

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

Dinner	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: Vegan / มังสวิรัติ	Deep fried Corn cake -vegetarian	ทอดมันข้าวโพด
	D: Western / ตะวันตก	Pasta arabata	สปาเก็ตตี้ซอสซอราบีเอต้า
	D: Western / ตะวันตก	Grilled Chicken with Gravy	ไก่ย่างในน้ำเกรวี่
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Pumpkin Cream soup+Crouton	ซุปรวมผักทอง+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Lemonade	น้ำมะนาว

Week 18	Date / วันที่	Thursday/พฤหัสบดี
Meals / มื้อ	Item / รายการ	24 January 2019

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice / Chinese steamed dumpling	ข้าวสวย / ขนมจีบ ซาลาเปา
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Stir fried bean sprout	ผัดถั่วงอก
	BF: Thai / ไทย	Wax Gourd Curry with Chicken	แกงหับปลีไก่
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Yakisoba Japanese noodle style (Vegan)	ยากิโซบะ (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Brownie Waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลบราวน์ / ครัฟฟองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แฮม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Spaghetti Bacon 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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Dolly Fish Fried Celery	ปลาคอลลีผัดขึ้นช่าย
	L: Thai / ไทย	Kimbab with Korean pork	คิมบับหมูเกาหลี
	L: Vegan / 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)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Spinach Cream Soup+Crouton	ซูปครีมผักโขม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	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)	บัวลอยไข่หวานไตเอท

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

Dinner	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: Vegan / มังสวิรัติ	Baked Chicken with Teriyaki Sauce	อกไก่ราดซอสซาเทียกิ
	D: Western / ตะวันตก	Seafood pesto pasta	สปาเก็ตตี้ทะเลผัดซอสเพสโต
	D: Western / ตะวันตก	Pork Steak Paprica + Crispy Roasted Potato	สเต็กหมูย่างปาปริก้า + มันฝรั่งอบย่าง
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Spinach Cream Soup+Crouton	ซูปครีมผักโขม+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Roast Pumpkin salad	สลัดฟักทองย่าง
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Guava juice	น้ำฝรั่ง

Week 18	Date / วันที่	Friday/ศุกร์
Meals / มื้อ	Item / รายการ	25 January 2019

Breakfast	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	บร็อกโคลี่แห้งอบชีส
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Mushroom Thai fried wonton (Vegan)	เกี้ยวเห็ดเข็มทองทอด (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted / Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ / ครัฟฟองต์ + 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	น้ำลูเบอร์รี่

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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Steamed Oringi Mushroom white rice	ข้าวมันเห็ดออริจินิ
	L: Thai / ไทย	Thai Coconut Curry of Steamed Mackerels and Lotus Stems	ต้มกะทิสายบัวปลาหู
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Spicy minced Origin Mushrooms (Vegan)	ลาบเห็ดออริจินิ (มังสวิรัติ)
	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	น้ำลูเบอร์รี่
	L: Dessert / ของหวาน	Soy custard in ginger syrup salad	เต้าฮวยเย็น

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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Chicken panang with Fried Egg	พะแนงไข่ดาว
	D: Thai / ไทย	Korean noodle Budaejjigae	บะหมี่หม้อไฟเกาหลี บูแดจ็ยเก
	D: Vegan / มังสวิรัติ	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	น้ำลูเบอร์รี่

Week 18	Date / วันที่	Saturday/เสาร์
Meals / มื้อ	Item / รายการ	26 January 2019

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice / Chinese steamed dumpling	ข้าวสวย / ขนมจีบ ซาลาเปา
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Stir Fried Chicken With Lemongrass	ไก่คั่วตะไคร้
	BF: Thai / ไทย	Deep fried dried pork	หมูแดดเดียวทอด
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Sunflower sprouts fried with sauce (Vegan)	ผัดต้นอ่อนทานตะวัน (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	Peanut Butter Waffles / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลเนยถั่ว / ครั้วซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แยม + ไข่ดาว
	BF: Western / ตะวันตก	Spaghetti Panaeng Curry with Pork	แพงหมู สปาเก็ตตี้
	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

Lunch	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: Vegan / มังสวิรัติ	Bamboo Shoot boiled Soup (Vegan)	ต้มจืดหน่อไม้ (มังสวิรัติ)
	L: Western / ตะวันตก	Steak chicken with herb + side dish set	สเต็กไก่สมุนไพร+เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Pasta with Creme Cheese	พาสต้าครีมชีส
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French Bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Creamy tomato Soup+Crouton	ซูปมะเขือเทศ+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

Dinner	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: Vegan / มังสวิรัติ	Hot Pot Veggie Thick Soup (Vegan)	แจ่วฮ้อน (มังสวิรัติ)
	D: Western / ตะวันตก	Spicy Pork Sausage Spaghetti	สปาเก็ตตี้ไส้กรอกหมูสไปซี่
	D: Western / ตะวันตก	Clean Chicken Steak+Gravy	สเต็กไก่ย่างคลีนในน้ำเกรวี่
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (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

Week 18	Date / วันที่	Sunday/อาทิตย์
Meals / มื้อ	Item / รายการ	27 January 2019

Breakfast	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	ก๊วยหลูเต็งน้ำใส
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Egg Muffin (Vegan)	มัฟฟินไข่ (มังสวิรัติ)
	BF: Western / ตะวันตก	French toasted / Croissant + Butter + Jam	เฟรนช์โทสต์ / คริวซองต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Sausage + ham + fried eggs	ไส้กรอก + แยม + 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

Lunch	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: Vegan / มังสวิรัติ	Chinese roll noodle soup : Vegan	ก๋วยจั๊บน้ำข้นมังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Pork Schnitzel + Crispy Roasted Potato	ชนิทเซลหมู + มันฝรั่งอบย่าง
	L: Western / ตะวันตก	Pasta Pesto Sauce	พาสต้าเพสโตซอส
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French Bread)	บากเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Cauliflower Cream Soup+Crouton	ซุปรีมดอกกะหล่ำ+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

Dinner	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	ต้มยำเต้าหู้เห็ดสาบิว
	D: Vegan / มังสวิรัติ	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)	บากเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Cauliflower Cream Soup+Crouton	ซุปรีมดอกกะหล่ำ+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Grilled watermelon salad with cheese "Feta"	สลัดแตงโมย่างกับชีสเฟต้า
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal Fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Fruit punch	น้ำพUNCHผลไม้

Week 19	Date / วันที่	Monday/จันทร์	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	28 January 2019	

Breakfast	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	โซยุชาชูราเมงเส้นสปาเก็ตตี้
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Stir tofu Indian style for Vegan	ผัดเต้าหู้ แบบอินเดีย มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Fruit Muesli + Chinese Steamed Dumpling	มูสลี่ผลไม้ + ขนมจีบ ซาลาเปา
	BF: Western / ตะวันตก	Bacon egg waffle + Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลไข่ เบคอน + ครั้วของต์ + 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	น้ำสตรอว์เบอร์รี่ / นม

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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Red curry with pork	พะแนงหมู
	L: Thai / ไทย	Sour soup green papaya with shrimp	แกงส้มมะละกอกุ้ง
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Vegan noodles in thick sauce	ราดหน้าผักรวมมังสวิรัติ
	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)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Tomato cream soup + Crouton	ซุปครีมมะเขือเทศ + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Fruit salad	สลัดผลไม้
	L: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	L: Beverage / เครื่องดื่ม	Strawberry juice / Milk	น้ำสตรอว์เบอร์รี่ / นม
	L: Dessert / ของหวาน	Pumpkin in sweet coconut milk	ขนมบัวตอง

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

Dinner	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: Vegan / มังสวิรัติ	Spicy Miso Japanese noodle Rameng Vegan	สไปซี่มิโซะราเมง มังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Grilled chicken breast with paprika + Roasted potato	อกไก่ย่างพริกปาปริก้า + มันฝรั่งอบย่างเนย
	D: Western / ตะวันตก	Spaghetti white sauce mushroom cream	สปาเกตตี้ครีมซอสเห็ด
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซุป	Super light weight mushroom soup + Crouton	ซุปเห็ดรสเข้มข้นรสเบา+ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Strawberry juice / Milk	น้ำสตรอว์เบอร์รี่ / นม

Week 19	Date / วันที่	Tuesday/อังคาร	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	29 January 2019	

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice + rice soup	ข้าวสวย + โจ๊ก
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Omelette Italian style	ไข่เจียวแบบอิตาเลียน
	BF: Thai / ไทย	Fried conyok noodle Thai style with prawns	ผัดไทยกุ้งสดเส้นบุก
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Thai Northern style tomato relish Vegan	น้ำพริกอ่อนไม่เผ็ด + เครื่องเคียง มังสวิรัติ
	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
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Cantaloup juice / Milk	น้ำแคนตาลูป / นม

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Stir-fried minced pork + basil with shredded bamboo-shoot	ผัดกะเพราหมูสับไม่ใส่หมูสับ
	L: Thai / ไทย	Vietnamese noodle style	ก๋วยเตี๋ยวเฟื่อ
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Steamed mushroom in Lemon Juice Spicy Salad	เห็ดมะนาว
	L: Western / ตะวันตก	Grilled sausage in Gravy + Baked potato	ไส้กรอกย่างในน้ำเกรวี่ + มันฝรั่งอบทอด
	L: Western / ตะวันตก	Porkshop steak Hawaiian + Vegetable side dish set	พอร์คชอปสเต็กฮาวายเนียน + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บากเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซูป	Pumpkin spice cream soup + Crouton	ซูปครีมฟักทองเครื่องเทศ + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Japanese salad	ยาสลัดญี่ปุ่น
	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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Southern Thai dry curry with ground pork Khua Kling	คั่วกลิ้งหมูสับ + น้ำซูปใส
	D: Thai / ไทย	Fried mackarel fish topped with sweet, sour and hot sauce	ปลาหู 3 รส
	D: Vegan / มังสวิรัติ	Cashew Nuts Spicy Salad	ยำเม็ดมะม่วงหิมพานต์
	D: Western / ตะวันตก	Baked Spinach stick with cheese	ผักโขมแท่งอบชีส
	D: Western / ตะวันตก	Pasta with tomato cream sauce	พาสต้ามะเขือเทศ
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บากเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซูป	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

Week 19	Date / วันที่	Wednesday/พุธ	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	30 January 2019	

Breakfast	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: Vegan / มังสวิรัติ	Spicy lemon grass soup with omelette Vegan	ต้มยำไข่เจียวมังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Baked sandwith avocado	แซนวิชชีสอะโวคาโด
	BF: Western / ตะวันตก	Red velvet waffle + Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลเรด เวลเวท + ครั้วซองต์ + 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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Rice topping with Shashu pork + Miso soup	ข้าวหน้าหมูชาชู + น้ำซูปมิโซะ
	L: Thai / ไทย	Fried Dory fish with garlic and pepper	ปลาดีดอร์รี่ผัดกระเทียม
	L: Vegan / มังสวิรัติ	Vegan green noodle in hot and sour soup	บะหมี่หยกน้ำซิงมังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Macaroni and omelette cheese	มักกะโรนีออมเล็ตชีส
	L: Western / ตะวันตก	Chicken steak Korean style + Vegetable side dish set	สเต็กไกสไตล์เกาหลี + เครื่องเคียง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซูป	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

Dinner	D: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเย็น	D: Thai / ไทย	Spicy and sour pork fried rice salad	ยำข้าวทอดแห้งหมูสับ
	D: Thai / ไทย	Squid barbecue Korean style	ปลาหมึกย่างบาร์บีคิวเกาหลี
	D: Vegan / มังสวิรัติ	Chinese white radish soup with eggs : Vegan	ต้มจืดหัวไชเท้าไข่มูม มังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Pork steak + Hash Brown paprica	แฮชบราวปาปริก้า
	D: Western / ตะวันตก	Macaroni Carbonara	มักกะโรนีคาโบนารา
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	D: Soup / ซูป	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

Week 19	Date / วันที่	Thursday/พฤหัสบดี	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	31 January 2019	

Breakfast	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	แกงจืดไข่ม้วนหมูลั๊บน้ำเส้น
	BF: Thai / ไทย	Vietnamese noodle soup	ต้มเส้นอุบล
	BF: Vegan / 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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Deep fried spicy minced pork	ลาบหมูทอด
	L: Thai / ไทย	Bibimbub Korean rice salad	บิบิมบับ ข้าวยาเกาหลี
	L: Vegan / 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)	บาเก็ต (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

Dinner	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: Vegan / มังสวิรัติ	Veggie Sushi vegan	ซูชิโฮมเมด มังสวิรัติ
	D: Western / ตะวันตก	Batter fish stick + Baked potato	ปลาซุบแป้งทอดสดัก + มันฝรั่งอบย่าง
	D: Western / ตะวันตก	Macaroni tomato sauce	มักกะโรนีซอสมะเขือเทศ
	D: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (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

Week 19	Date / วันที่	Friday/ศุกร์
Meals / มื้อ	Item / รายการ	1 February 2019

Breakfast	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	ชีสเสต็กทอด
	BF: Vegan / มังสวิรัต	Stir mix veggies : Vegan	ผัดผักรวมมิตร มังสวิรัต
	BF: Western / ตะวันตก	Grilled mushroom bologna cheese tortilla	ทอดเต๋ญาเห็ดโบลอนาชีสไรโซ้ไขมัน
	BF: Western / ตะวันตก	Sweet potato waffles / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลมันเทศ / ครั้วของต์ + เนย + แยม
	BF: Western / ตะวันตก	Cereal + Tuna cream soup + Crouton	ซีเรียล+ซูปครีมทูนา+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
เบรคเช้า	MB: Beverage / เครื่องดื่ม	Pineapple juice / Milk	น้ำสับปะรด / นม

Lunch	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	คั่วกลิ้งอกไก่สับ
	L: Vegan / มังสวิรัต	Vegan noodle mushroom Wonton soup	เก๋ยวน้ำใสเห็ดหอมมังสวิรัต
	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

Dinner	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: Vegan / มังสวิรัต	Stir fried white tofu with black pepper: Vegan	เต้าหู้ขาวผัดพริกไทยดำ มังสวิรัต
	D: Western / ตะวันตก	Baked potato with butter	มันฝรั่งผัดเครื่องลูกอบเนย
	D: Western / ตะวันตก	Pasta whole wheat with garlic	พาสต้าโฮลวีทผัดกระเทียม
	D: Western / ตะวันตก	Bun	ขนมปังก้อน
	D: Soup / ซุป	Broccoli cream soup + Crouton	ซูปบรอกโคลีชีส + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	D: Salad / สลัด	Green salad	สลัดผักใบเขียว
	D: Fruit / ผลไม้	Seasonal fruit	ผลไม้ตามฤดูกาล
	D: Beverage / เครื่องดื่ม	Pineapple juice / Milk	น้ำสับปะรด / นม

Week 19	Date / วันที่	Saturday/เสาร์	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	2 February 2019	

Breakfast	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: Vegan / มังสวิรัติ	Coconut milk mushroom Curry : Vegan	แกงกะทิเห็ดออริจิ มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Mini bologna Feta cheese burger	เบอร์เกอร์โบลโลน่าเฟต้าชีส
	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

Lunch	L: Thai / ไทย	Steamed rice	ข้าวสวย
อาหารเที่ยง	L: Thai / ไทย	Deep fried pork belly with fish sauce	หมูสามชั้นอบน้ำปลา
	L: Thai / ไทย	Chabuton Japanese ramen spaghetti	โซยุชาซุราเมงเส้นสปาเก็ตตี้
	L: Vegan / 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	ไก่ย่างปาปริก้า + มันฝรั่งอบย่าง
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บาเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Chicken cream soup + Crouton	ซูปไก่ข้น + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Fruit salad mix with yogurt and honey	ฟรุ้ตสลัด 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

Dinner	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	ผัดเมล็ดถั่วและญี่ปุ่นกับเบคอน
	D: Vegan / 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)	บาเก็ต (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

Week 19	Date / วันที่	Sunday/อาทิตย์	
Meals / มื้อ	Item / รายการ	3 February 2019	

Breakfast	BF: Thai / ไทย	Steamed rice + Porridge	ข้าวสวย + โจ๊กข้าวโอ๊ตไก่ฉีก
อาหารเช้า	BF: Thai / ไทย	Poached egg with cheesy mustard sauce	ไข่เบเนดิกต์
	BF: Thai / ไทย	Chicken, gourd and pickled lime soup	ต้มฟักไก่มะนาวดอง
	BF: Vegan / มังสวิรัติ	Fried rice with salted egg and chili paste : Vegan	ข้าวผัดน้ำพริกเผาไข่เค็ม มังสวิรัติ
	BF: Western / ตะวันตก	Mini bologna burger	เบอร์เกอร์โบโลน่าเพ้าชีส
	BF: Western / ตะวันตก	Matcha waffle / Croissant + Butter + Jam	วาฟเฟิลชาเขียว / 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	Beetroot juice / Milk	น้ำบีทรูท / นม

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

Lunch	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: Vegan / มังสวิรัติ	Fried spicy rice Vermicelli with shrimp & Water minosa	เส้นหมี่ผัดผักระเจต มังสวิรัติ
	L: Western / ตะวันตก	Spaghetti pizza Hawaiian favor	สปาเกตตี้รสพิซซ่าฮาวายเนียน
	L: Western / ตะวันตก	Baked potato	มันฝรั่งอบทอด
	L: Western / ตะวันตก	Baguette (French bread)	บากเก็ต (ขนมปังฝรั่งเศส)
	L: Soup / ซุป	Onion cream soup + Crouton	ซุปครีมหอมใหญ่ + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	L: Salad / สลัด	Cecar 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

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