



จดหมายข่าวประชาสัมพันธ์
ศพด.อบต.พระงาม

รายการ อาหารกลางวัน

ของน้อง ๆ ศพด. อบต.พระงาม

เมนูอาหารกลางวัน

วันที่ 13 - 17 กรกฎาคม 2569

13

วันจันทร์



ข้าวสวย+ต้มจืดเต้าหู้ไข่+หมูกระเทียม+ผลไม้

14

วันอังคาร



ข้าวสวย+ต้มยำไก่+ไก่ทอด+ผลไม้

15

วันพุธ



ข้าวหมูแดง+ต้มจืดผักกาดขาว+ไข่ต้ม+ผลไม้

16

วันพฤหัสบดี



ข้าวสวย+ต้มเลือดหมู+ไข่ตุ๋นทรงเครื่อง+ขนมหวาน

17

วันศุกร์



ก๋วยเตี๋ยวบะหมี่ไก่ตุ๋น+ลูกชิ้น+เกี๊ยวทอด+ผลไม้

มากินของอร่อยๆ
ไปพร้อมๆกัน

จัดทำโดย : งานประชาสัมพันธ์ อบต.พระงาม



จดหมายข่าวประชาสัมพันธ์
ศพด.อบต.พระงาม

รายการ อาหารกลางวัน

ของน้อง ๆ ศพด. อบต.พระงาม

เมนูอาหารกลางวัน

วันที่ 20 - 24 กรกฎาคม 2569

20

วันจันทร์



ข้าวสวย+ต้มข่าไก่+ขนมจีน+ไข่ต้ม+ผลไม้

21

วันอังคาร



ก๋วยเตี๋ยววบะหมี่ไก่ดก+ลูกชิ้น+เกี๊ยวทอด+ผลไม้

22

วันพุธ



ข้าวผัดไข่+ไส้กรอก+ต้มจืดผักกาดขาว+ผลไม้

23

วันพฤหัสบดี



ข้าวสวย+ต้มจืดเต้าหู้หมูสับ+ไข่ตุ๋น+ขนมหวาน

24

วันศุกร์

ร่วมกิจกรรม

เวียนเทียน และ ถวายเทียน ณ วัดประสาท

มากินของอร่อยๆ
ไปพร้อมๆกัน

จัดทำโดย : งานประชาสัมพันธ์ อบต.พระงาม