

รายการอาหารประจำวัน รอบ ๓๑ วัน
 สำหรับใช้เลี้ยงผู้ต้องขัง ผู้ต้องกักขัง และผู้เข้ารับการตรวจพิสูจน์ เรือนจำจังหวัดหนองคาย
 ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๔

วันที่	มื้อเช้า	มื้อกลางวัน	มื้อเย็น
๑	แกงป่าเห็ดนางฟ้ากับเนื้อหมู	ผัดซี๊เม้าหมู + ข้าวต้ม	แกงอ่อมปลาตุ๋นกับผักรวม หมวยทอด
๒	แกงจืดหมูกับผักเขียว	ผัดซี๊อ้วหมู	ลาบปลาตุ๋น ไข่ต้ม
๓	แกงป่าเห็ดนางฟ้ากับเนื้อหมู	ขนมจีนน้ำพริก ถั่วต้มน้ำตาล	ต้มข่าปลานิลกับกะหล่ำปลี ไก่ผัดขิง
๔	ต้มพะโล้หมูสามชั้น	ต้มจับฉ่ายไก่ + ข้าวต้ม	ซุ้ปะมะเขือ ผัดผักรวมใส่หมู
๕	ต้มส้มปลาทุ	ข้าวผัดหมู ผลไม้ (สับปะรด)	แกงจืดไข่เขียว หมวยทอด
๖	ต้มส้มปลาตุ๋น	ผัดผักเขียวกับหมู + ข้าวต้ม	ลาบไก่ กุนเชียงทอด
๗	แกงเลียงผักทอง	ข้าวต้มหมู เต้าส่วน	พล่าไก่ ไข่ต้ม
๘	แกงอ่อมปลาตุ๋นกับผักรวม	ราดหน้าหมู	แกงส้มมะละกอกับปลาสาวย ไข่ต้ม
๙	แกงอ่อมเนื้อหมูกับผักรวม	ผัดซี๊อ้วหมู ขนมผักทอง	แกงส้มผักบั้งกับปลาสาวย มะเขือยาวซุ้ปะทอด
๑๐	แกงเผ็ดไก่กับมะเขือยาว	ผัดผักบั้งหมูสับ + ข้าวต้ม	ซุ้ปะหน่อไม้ ไข่ต้ม

วันที่	มือเช้า	มือกลางวัน	มือเย็น
๑๑	ผัดเผ็ดมะเขือยาวกับหมู	ข้าวผัดไก่ ผลไม้ (แตงโม)	ลาบหมู ไข่ต้ม
๑๒	แกงเผ็ดป่าเนื้อหมูกับผักทอง	ข้าวผัดไข่	พล่าหมู แกงอ่อมปลานิลกับผักรวม
๑๓	แกงป่าหน่อไม้กับเนื้อหมู	ราดหน้าหมู ผลไม้ (มันแกว)	ไก่ผัดพริกหยวก ไข่ต้ม
๑๔	ลาบหมู	ผัดกะหล่ำดอกกับไก่ + ข้าวต้ม	น้ำพริกปลาร้า ไข่ต้ม
๑๕	ต้มส้มปลาทุ	กระเพราไก่ + ข้าวต้ม ผลไม้ (กล้วยน้ำว้า)	แกงอ่อมเนื้อหมูกับผักรวม ไข่ต้ม
๑๖	แกงป่าเห็ดนางฟ้ากับเนื้อหมู	ข้าวผัดกุนเชียง	แกงเลียงบวบเหลี่ยม เนื้อหมูผัดขิง
๑๗	แกงป่าเห็ดนางฟ้ากับเนื้อหมู	ผัดขี้เมาหมู + ข้าวต้ม ผลไม้ (แตงโม)	แกงอ่อมปลาตุกกับผักรวม หมูยอทอด
๑๘	แกงจืดหมูกับผักเขียว	ผัดซีอิ้วหมู	ลาบปลาตุก ไข่ต้ม
๑๙	แกงป่าเห็ดนางฟ้ากับเนื้อหมู	ขนมจีนน้ำพริก ถั่วต้มน้ำตาล	ต้มข่าปลานิลกับกะหล่ำปลี ไก่ผัดขิง
๒๐	ต้มพะโล้หมูสามชั้น	ต้มจับฉ่ายไก่ + ข้าวต้ม	ซุ้บมะเขือ ผัดผักรวมใส่หมู
๒๑	ต้มส้มปลาทุ	ข้าวผัดหมู ผลไม้ (สับปะรด)	แกงจืดไข่เจียว หมูยอทอด

วันที่	มือเช้า	มือกลางวัน	มือเย็น
๒๒	ต้มส้มปลาตุก	ผัดผักเขียวกับหมู + ข้าวต้ม	ลาบไก่ กุนเชียงทอด
๒๓	แกงเลียงฟักทอง	ข้าวต้มหมู เต้าส่วน	พลาไก่ ไข่ต้ม
๒๔	แกงอ่อมปลาตุกกับผักรวม	ราดหน้าหมู	แกงส้มมะละกอกับปลาสาวย ไข่ต้ม
๒๕	แกงอ่อมเนื้อหมูกับผักรวม	ผัดซีอิ้วหมู ขนมฟักทอง	แกงส้มผักบุ้งกับปลาสาวย มะเข็ยารชุบไข่ทอด
๒๖	แกงเผ็ดไก่กับมะเข็ยาร	ผัดผักบุ้งหมูสับ + ข้าวต้ม	ซุปรนอไม้ ไข่ต้ม
๒๗	ผัดเผ็ดมะเข็ยารกับหมู	ข้าวผัดไก่ ผลไม้ (แตงโม)	ลาบหมู ไข่ต้ม
๒๘	แกงเผ็ดป่าเนื้อหมูกับฟักทอง	ข้าวผัดไข่	พลาหมู แกงอ่อมปลานิลกับผักรวม
๒๙	แกงป่าหน่อไม้กับเนื้อหมู	ราดหน้าหมู ผลไม้ (มันแกว)	ไก่ผัดพริกหยวก ไข่ต้ม
๓๐	ลาบหมู	ผัดกะหล่ำดอกกับไก่ + ข้าวต้ม	น้ำพริกปลาร้า ไข่ต้ม
๓๑	ต้มส้มปลาทุ	กระเพราไก่ + ข้าวต้ม ผลไม้ (สับปะรด)	แกงอ่อมเนื้อหมูกับผักรวม ไข่ต้ม