



มก.จัดเทศกาลอาหารเจ..

### ห้องอาหารสหโภชน์สถาบันค้ำคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จัดเทศกาลอาหารเจ ประจำปี 2550 ในวันที่ 11 - 19 ตุลาคม 2550 ทุกวันเว้นวันหยุดราชการ ตั้งแต่เวลา 9.00 - 14.00 น. ขอเชิญทุกท่านร่วมชิมบุญและรับประทานอาหารเจ กับหลากหลายเมนูเพื่อสุขภาพประกอบด้วยอาหารคาว เช่น ขนมจีนน้ำพริก, น้ำเงี้ยว ก๋วยเตี๋ยวหลอด ก๋วยจั๊บน้ำข้น ยำสมุนไพรร ยำถั่วพู เต้าหู้ผัดขิงสด น้ำพริกอ่อน ปลาเต้าหู้ ข้าวผัดเผือก ผัดฉ่าโปรตีนเกษตร แกงเทโพ แกงเลียง แกงไตปลา แกงซี่เหล็ก แกงคุณโบราณ กระเพาะปลา ฯลฯ ขนมหวาน เช่น ครอบแครงกะทิสด สามแซ่ ปลากริมไข่เต่า ทับทิมกรอบ ฯลฯ

ผู้สนใจติดต่อขอรายละเอียดรายการอาหารในแต่ละวันได้ที่ ห้องอาหารสหโภชน์สถาบันค้ำคว้าและพัฒนาอาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โทร. 0-2942-8629 ต่อ 102,104

พฤษภาคมที่ 11 ตุลาคม 2550

อาหารคาวอย่างละ 25 บาท

- ก๋วยเตี๋ยวหลอด
- ข้าวผัดหน้าเลียบ
- เส้นใหญ่ราดหน้า
- ผัดยากิโซบะ
- ต้มผักกาดทอง
- แกงส้มมะละกอ
- ต้มพะไล
- ยำสมุนไพรมะเขือยาว
- ยำมะเขือยาว
- น้ำพริกหนุ่ม
- เต้าหู้ลูกเขย
- เต้าหู้ผัดขิงสด
- แกงอ่อมมะระ

เมนูแนะนำ 35 บาท - ผัดพริกขิงกระทงกรอบ

ขนมหวาน ถูกละ 10 บาท

- ก๋วยไช้บวชชี
- ครอบแครงกะทิ
- สามแซ่

ศุกร์ที่ 12 ตุลาคม 2550

อาหารคาวอย่างละ 25 บาท

- ขนมจีนน้ำยา
- ข้าวผัดเผือก
- ผัดไทย
- ผัดหมี่ซั่ว
- ต้มกะหล่ำปลี
- แกงส้มดอกแค
- แกงจืดเห็ดสามอย่าง
- ผัดโป๊ยเขียน
- ลาบโปรตีนเกษตร
- ยำเชียงใหม่
- ผัดซ่าโปรตีนเกษตร
- เต้าหู้ผัดเม็ดมะม่วง
- แกงเทโพ

เมนูแนะนำ 35 บาท - สด็กจำแลง

ขนมหวาน ถูกละ 10 บาท

- ทับทิมกรอบ
- ขนมบัวแก้ว
- ตัวแดงต้มน้ำตาล

จันทร์ที่ 15 ตุลาคม 2550

อาหารคาวอย่างละ 25 บาท

- ก๋วยจั๊บน้ำข้น
- ผัดซีอิ้ว
- ข้าวผัดเผือก
- เส้นใหญ่ผัดซีเมา
- ต้มมะระก้อยม่าย
- แกงโตปลา
- แกงเลียง
- ยำถั่วพู
- หลนเต้าเจี้ยว
- ผัดเห็ดรวมมิตร
- ผัดก้อยม่าย
- เต้าหู้ราดซอสมะขาม
- โปรตีนเกษตรผัดขิงสด
- พล่าเต้าหู้

เมนูแนะนำ 30 บาท - เกลียวทองคลั่งใจ

ขนมหวาน ถูกละ 10 บาท

- ก๋วยบวชชี
- ตัวแดงเย็น
- เบี้ยกลูกเดียว

อังคารที่ 16 ตุลาคม 2550

อาหารคาวอย่างละ 25 บาท

- ขนมจีนน้ำพริก
- ข้าวผัดจกพรรดิ
- ผัดยากิโซบะ
- ผัดหมี่กะทิ
- แกงส้มผักรวม
- แกงคั่วสับปะรด
- ผัดกะเพราโปรตีนเกษตร
- ต้มพะไล
- ผัดวุ้นเส้น
- ผัดคะน้า
- ยำเห็ดหูหนูขาว
- น้ำพริกอ่อน
- ต้มผักกาดทอง

เมนูแนะนำ 30 บาท - หอยจ้อเจ

ขนมหวาน ถูกละ 10 บาท

- พักทองแกงบวด
- รวมมิตร
- ข้าวโพดเปียก

พุธที่ 17 ตุลาคม 2550

อาหารคาวอย่างละ 25 บาท

- ก๋วยเตี๋ยวหลอด
- ขนมจีนน้ำเงี้ยว
- ข้าวผัดหน้าเลียบ
- เส้นใหญ่ผัดซีเมา
- แกงเขียวหวานลูกชิ้น
- แกงจืดเต้าหู้หลอด
- แกงเหลืองพิก
- ยำวุ้นเส้น
- ผัดถั่วอก
- ผัดจับจ่าย
- กะปิคั่ว
- โปรตีนเกษตรทอดซีอิ้ว
- เต้าหู้อบยอคะน้า

ขนมหวาน ถูกละ 10 บาท

- สาธุ-ตัวดำ
- มันต้มน้ำตาล
- ลอดช่องน้ำกะทิ

พฤหัสบดีที่ 18 ตุลาคม 2550

อาหารคาวอย่างละ 25 บาท

- ขนมจีนน้ำยา
- ข้าวผัดสมุนไพรมะเขือยาว
- ราดหน้าโปรตีนเกษตรลับ
- ผัดหมี่ซั่ว
- แกงส้มมะละกอ
- แกงจืดมะระยัดไส้
- ต้มจับจ่าย
- ผัดพริกขิงถั่วฝักยาว
- ผัดผักโสมมิตร
- ยำบุก
- น้ำพริกเห็ด
- เต้าหู้ทรงเครื่อง
- แกงซีเหล็ก

เมนูแนะนำ 30 บาท - ไก่วงพริกไทยดำ

ขนมหวาน ถูกละ 10 บาท

- ชาหริ่ม
- ถั่วเขียวต้มน้ำตาล
- วุ้นกะทิ กล่องละ 15. บาท

อิมบุงกับ

# เทศกาลอาหารเจ

ประจำปี 2550



ศุกร์ที่ 19 ตุลาคม 2550

อาหารคาวอย่างละ 25 บาท

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| - ขนมจีนน้ำพริก     | - ผัดมะเขือยาว     |
| - ข้าวผัดสามสี      | - ผัดกะเพราลูกชิ้น |
| - เส้นหมี่ผัดซีอิ้ว | - ลาบเต้าหู้       |
| - กระเพาะปลา        | - หลนเต้าหู้ยี้    |
| - แกงคูนโบราณ       | - ยำเห็ดหูหนูดำ    |
| - แกงส้มผักรวม      | - แกงเผ็ดหน่อไม้สด |
| - ต้มมะระเกี่ยมฉาย  |                    |

ขนมหวาน ฤดูละ 10 บาท

- |                  |             |                  |
|------------------|-------------|------------------|
| - ปลากุ้งไข่เต่า | - มันแกงบวด | - เจาก้วย-ลูกชิด |
|------------------|-------------|------------------|

วันที่ 11 - 19 ตุลาคม 2550

ทุกวัน เว้นวันหยุดราชการ  
ตั้งแต่เวลา 9.00-14.00 น.

ณ ห้องอาหารสหโภชน  
สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

รายการที่มีบริการทุกวัน

ข้าวสวย / ข้าวกล้อง / ข้าวต้ม / ก๋วยเตี๋ยวน้ำ

อาหารว่าง ชุดละ 25 บาท

- |               |                     |
|---------------|---------------------|
| - ขนมผักกาด   | - ไปรตีนเกษตรปรุงรส |
| - ปอเปี๊ยะทอด | - เต้าหู้ทอด        |
| - ผีอกทอด     | - ซาลาเปา           |

อาหารว่างแนะนำ ชุดละ 25 บาท ขายเฉพาะวัน

- |                        |                     |
|------------------------|---------------------|
| พุธที่ 17. ต.ค. 50     | - ผีอกทอดสอดไส้     |
| พฤหัสบดีที่ 18 ต.ค. 50 | - ข้าวปั้นอิมบุง    |
| ศุกร์ที่ 19 ต.ค. 50    | - โครกสอดไส้รวมมิตร |

ติดต่อสอบถามที่

โทร. 0 2942 8629-35 ต่อ 102, 104

โทรภายใน มก. 1240-1244 ต่อ 102, 104



"อาหารสะอาด

รสชาติอร่อย

ราคามาตรฐาน"

