

SCHOOL MENU

Y1 - Y3 MENU

1		Thứ 2/ Mon 3/11	Thứ 3/ Tue 4/11	Thứ 4/ Wed 5/11	Thứ 5/ Thu 6/11	Thứ 6/ Fri 7/11
PRIMARY SNACK		Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Sữa chua Vinamilk Yogurt	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Nước chanh leo Passion fruit juice
		Xôi gà xé Sticky rice w chicken	Chuối Banana	Bắp xào Stir fried corn	Xoài Mango   	Bánh kếp phô mai Cheese pancake   
Lunch	Option 1	Cá lóc nướng sốt Teriyaki Grilled fish w Teriyaki sauce 	Thịt bò hầm nước dừa bánh mì Stewed beef coconut w bread  	Gà nấu nước tương Soy sauce chicken  	Cơm chiên tôm Shrimp fried rice 	Trứng cuộn rau củ Rolled egg w vegetables 
	Option 2	Bánh kếp ham cheese Ham cheese sandwich   	Bún chả giò thịt viên Spring roll, meat ball w rice noodles 	Bánh mì thịt bò phô mai Beef sandwich    	Mì ý sốt kem thịt gà Creamy Chicken spaghetti    	Bún riêu mọc sườn Rice noodles soup w pork 
	Rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
	Soup	Canh bí đỏ thịt heo Pumpkin soup w pork 	Canh bí xanh tôm Squash soup w shrimp 	Canh cải xanh thịt bò Mustard greens soup w beef 	Canh bó xôi thịt gà Spinach soup w chicken 	Canh đu đủ thịt heo Papaya soup w pork 
	Vegetables	Su su luộc Boiled chayote	Đậu que luộc Boiled green bean	Su hào xào Sautéed cabbages turnip	Bắp cải xào nấm Stir-fried cabbage w mushroom	Cải thìa luộc Boiled bok choy
DESSERT		Ổi Guava	Dưa lưới Melon	Táo Apple	Đu đủ Papaya	Thanh long Dragonfruit

ALLERGEN ICON	
Dairy (Chế phẩm Sữa) 	Gluten (Lúa Mì) 
Seasame (Hạt Mè) 	Soy Bean (Đậu Nành) 
Fish (Các Loại Cá) 	Egg (Trứng) 
Beef (Thịt Bò) 	Chicken (Thịt Gà) 
Seafood (Hải Sản) 	Pork (Thịt Heo) 



SCHOOL MENU

Y1 - Y3 MENU

2		Thứ 2/ Mon 10/11	Thứ 3/ Tue 11/11	Thứ 4/ Wed 12/11	Thứ 5/ Thu 13/11	Thứ 6/ Fri 14/11
PRIMARY SNACK		Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Nước chanh Lime juice
		Trái cây Fruit	Bánh nướng sữa chua Baked yogurt custard  	Xôi trứng Sticky rice w egg 	Trái cây Fruit	Bánh kẹp ham Ham sandwich  
Lunch	Option 1	Gà nấu nấm hương Braised chicken w mushroom 	Đậu hũ thịt viên sốt cà Tofu meat balls in tomato sauce  	Bò xào bắp cải Stir fried Beef w cabbages 	Cá chiên sốt chua ngọt Fried fish w sweet and sour sauce 	Trứng xào thập cẩm Mixed egg 
	Option 2	Mì xào hải sản Stir fried noodles w seafood  	Bánh kẹp thịt gà Chicken sandwich  	Cơm chiên thịt kimchi ốp la Kimchi fried rice w egg  	Bánh cuộn thịt gà kiểu Mê –hi –cô Chicken burrito  	Mì hoành thánh Wonton soup w pork  
	Rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
	Soup	Canh lagim thịt heo Mixed soup w pork 	Canh khoai mỡ thịt heo Winged yam soup w minced pork 	Canh chua chả cá Sweet & sour soup w fish cake 	Canh rong biển đậu hũ Seaweed w tofu soup 	Canh cà chua trứng Tomato egg soup 
	Vegetables	Cải thìa luộc Boiled bok choy	Cải ngọt xào Boiled Leaf mustard	Su su luộc Boiled chayote	Su hào xào Sautéed cabbages turnip	Cải thảo luộc Boiled long cabbages
DESSERT		Chuối Banana	Mận An Phước Water apple	Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Dưa lưới Melon

ALLERGEN ICON	
Dairy (Chế phẩm Sữa) 	Gluten (Lúa Mì) 
Seasame (Hạt Mè) 	Soy Bean (Đậu Nành) 
Fish (Các Loại Cá) 	Egg (Trứng) 
Beef (Thịt Bò) 	Chicken (Thịt Gà) 
Seafood (Hải Sản) 	Pork (Thịt Heo) 



SCHOOL MENU

Y1 - Y3 MENU

3		Thứ 2/ Mon 17/11	Thứ 3/ Tue 18/11	Thứ 4/ Wed 19/11	Thứ 5/ Thu 20/11	Thứ 6/ Fri 21/11
PRIMARY SNACK		Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Nước ép dưa hấu Watermelon juice
		Trái cây Fruit	Bánh su Cream stuff   	Xôi đậu ngọt Mung bean sticky rice	Trái cây Fruit	Cơm cuộn thịt gà Chicken temaki 
Lunch	Option 1	Cá diêu hồng chiên mắm xoài Red tilapia fish w green mango sauce 	Chả trứng thịt Meat loaf  	Đùi gà sốt mắm nhĩ Chicken w fish sauce 	Tôm ram Caramel shrimp 	Mì Quảng tôm thịt Quang noodles w pork and shrimp    
	Option 2	Cà ri gà bánh mì Chicken curry w bread  	Mì lát to sốt bò Beef Lasagna   	Bánh gạo hàn quốc thịt heo Topokki w pork 	Miến xào thập cẩm Stir-fried glass noodles    	Bò nấu cà chua Beef stew w tomato 
	Rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
	Soup	Canh mồng tơi rau dền nấu thịt heo Amaranth and spinach pork soup 	Canh trái thơm nấu tôm Pineapple soup w shrimp 	Canh cải xoong nấu thịt gà Watercress w chicken 	Canh rau ngót mướp nấu mộc Katuk sweet leaf soup w meat ball 	Canh rau củ nấu thịt Vegetables soup w pork 
	Vegetables	Su su luộc Boiled chayote	Đậu que luộc Boiled green bean	Cải ngọt xào Boiled leaf mustard	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Cải thảo luộc Boiled long cabbages
DESSERT		Dưa lưới Melon	Táo Apple	Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Chuối Banana  

ALLERGEN ICON	
Dairy (Chế phẩm Sữa) 	Gluten (Lúa Mì) 
Seasame (Hạt Mè) 	Soy Bean (Đậu Nành) 
Fish (Các Loại Cá) 	Egg (Trứng) 
Beef (Thịt Bò) 	Chicken (Thịt Gà) 
Seafood (Hải Sản) 	Pork (Thịt Heo) 



SCHOOL MENU

Y1 - Y3 MENU

4		Thứ 2/ Mon 24/11	Thứ 3/ Tue 25/11	Thứ 4/ Wed 26/11	Thứ 5/ Thu 27/11	Thứ 6/ Fri 28/11 International Day
PRIMARY SNACK		Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free	Nước chanh leo Passion fruit juice
		Bánh mì kẹp trứng Egg sandwich	Trái cây Fruit	Chuối chiên Crispy banana	Trái cây Fruit	Bánh chanh dây Passion fruit pound cake
Lunch	Option 1	Đùi gà hấp sốt Thái Steamed chicken	Thịt heo kho thơm Braised pork w pineapples	Tôm xào cà chua Stir-fried shrimp w tomato	Trứng nướng kiểu Ý Frittata bacon spinach	Cơm đỏ cá chiên Jollof fish w rice
	Option 2	Bún xào trứng thịt nguội Stir-fried noodles w egg and ham	Bánh mì kẹp thịt gà sốt BBQ Chicken BBQ sandwich	Nui sốt kem thịt xông khói Mac and cheese w bacon	Phở bò Beef noodles soup	Thịt heo nấu kèm khoai tây Nyama choma pork
	Rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
	Soup	Canh cải thìa nấu thịt Bob choy soup w pork	Canh đậu hũ nấu nấm Mushroom tofu soup	Canh chua gà lá giang Sour-soup creeper w chicken	Canh cua đồng nấu rau đay Jute crab soup	Canh bầu tôm Squash soup w shrimp
	Vegetables	Su hào xào Sautéed cabbages turnip	Cải ngọt xào Boiled leaf mustard	Cải thảo luộc Boiled long cabbages	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Bắp cải xào Stir fried cabbages
DESSERT		Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Chuối Banana	Mận An Phước Water apple	Táo Apple

ALLERGEN ICON	
Dairy (Chế phẩm Sữa)	Gluten (Lúa Mì)
Seasame (Hạt Mè)	Soy Bean (Đậu Nành)
Fish (Các Loại Cá)	Egg (Trứng)
Beef (Thịt Bò)	Chicken (Thịt Gà)
Seafood (Hải Sản)	Pork (Thịt Heo)

