

SCHOOL MENU

1

	MONDAY 29/4	TUESDAY 30/4	WEDNESDAY 1/5	THURSDAY 2/5	FRIDAY 3/5
Option 1				Ức gà nướng kiểu ấn Chicken kebab 	Trứng cuộn rau củ Rolled egg w vegetables 
Option 2				Cá sốt trứng cà Grilled fish w egg sauce  	Xíu mại bánh mì  
Option 3				Phở xào thịt bò 	Mì udon miso thịt gà  
Option 4				Tôm rim Caramel shrimp 	Cá basa sốt dầu hào Fired fish w oyster sauce 
Veggie Option				Mì xào giòn chay Mixed Crispy noodles  	Cà tím chiên xù sốt cà Breadcrumbs eggplant w tomato sauce
Rice				Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
Soup				Canh bó xôi thịt gà 	Canh đu đủ thịt heo 
Vegetables				Bắp cải xào nấm Stir fried cabbage w mushroom	Cải thìa luộc Boiled bok choy
Salad				Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar
Dessert				Dưa hấu Watermelon	Dưa lưới Melon

Y4-Y6 LUNCH

Any special orders or if you would like to know about particular allergen please contact Mrs. Huong
Email: huongduong457@gmail.com

-  :Dairy(Chế phẩm sữa)  :Sesame(Hạt mè)
-  :Gluten(Lúa mì)  :Pork(Thịt heo)
-  :Seafood(Hải sản)  :Chicken(Thịt gà)
-  :Fish(Các loại cá)  :Egg(Trứng)
-  :Beef(Thịt bò)  :Soy bean(Đậu nành)

SCHOOL MENU

2

	MONDAY 6/5	TUESDAY 7/5	WEDNESDAY 8/5	THURSDAY 9/5	FRIDAY 10/5
Option 1	Gà nướng sốt nấm Baked chicken thigh w mushroom sauce	Thịt nướng sốt mù tạt Grilled pork with mustard sauce	Bò hầm rau củ Stewed beef w vegetables	Cá chiên sốt chua ngọt Fried fish w sweet and sour sauce	Thịt heo kho trứng cút Braised pork w quail egg
Option 2	Thịt bò hầm khoai tây Stewed beef	Cá chiên sả nghệ Pan fried fish w lemongrass	Gà cuộn bột xù sốt salsa Rolled Chicken breadcrumb w salsa sauce	Thịt heo nấu đậu Braised pork w beans	Bánh mì cá tuna Tuna salad sandwich
Option 3	Mì xào sốt tương đen hải sản Stir fried noodles w seafood	Bánh kẹp bò trứng Beef and egg sandwich	Nui xào thịt Stir fried pasta pork	Bánh mì sốt bò phô mai nướng Sloppy joe	Phở bò Beef noodles soup
Option 4	Cá diêu hồng hấp Steamed red tilapia fish	Tôm sốt chua ngọt Sweet & sour shrimp	Chả cá kho thơm Braised fish cake	Trứng đúc kiểu ý Egg and ham Frittata	Gà xào sả Lemongrass chicken
Veggie Option	Cà ri chay bánh mì Vegetarian curry w bread	Nui ý sốt nấm Pasta w creamy mushroom	Cơm chiên chay Fried rice	Cơm gạo lức đậu hũ kho Brown rice w braised tofu	Miến trộn chay Veggie glass noodles
Rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
Soup	Canh cải xoong nấu thịt Water cress soup w mince pork	Canh Bí đỏ thịt gà Pumpkin soup with minced chicken	Canh cà chua đậu hũ nấm Mushroom and tofu soup	Canh bí xanh tôm Squash soup w shrimp	Canh khoai mỡ thịt heo Winged yam soup with minced pork
Vegetables	Mướp xào nấm Luffa and mushroom	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
Salad	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar
Dessert	Dưa lưới Melon	Táo Apple	Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Chuối Banana

Y4-Y6 LUNCH

Any special orders or if you would like to know about particular allergen please contact Mrs. Huong
Email: huongduong457@gmail.com

- :Dairy(Chế phẩm sữa) :Sesame(Hạt mè)
- :Gluten(Lúa mì) :Pork(Thịt heo)
- :Seafood(Hải sản) :Chicken(Thịt gà)
- :Fish(Các loại cá) :Egg(Trứng)
- :Beef(Thịt bò) :Soy bean(Đậu nành)

SCHOOL MENU

3

	MONDAY 13/5	TUESDAY 14/5	WEDNESDAY 15/5	THURSDAY 16/5	FRIDAY 17/5
Option 1	Thịt heo nướng sốt BBQ Roasted pork with BBQ sauce	Đậu hũ sốt thịt Tofu w meat sauce	Ức gà chiên sốt dầu hào Fried chicken w oyster sauce	Cá basa chiên xù Breadcrumbs fish	Gà chiên giòn kiểu nhật Chicken Narban
Option 2	Cá lóc sốt cà ri Grilled fish w curry sauce	Thịt bò xào bó xôi Stir fried beef w spinach	Thịt bò hầm khoai tây Beef stew	Gà lúc lắc Stir fried chicken w vegetables	Cơm chiên thập cẩm Fried rice
Option 3	Mì ý sốt bò Spaghetti beef sauce	Bún thịt nướng chả giò Rice noodles w crispy spring rolls	Mì hoành thánh thịt heo Noodles and wonton soup	Bánh tròn ham trứng Ham egg in bun	Bún thái hải sản Seafood noodles soup
Option 4	Ức gà xào rau củ Stir fried chicken w vegetables	Tôm xào bơ tỏi Sautéed shrimp w butter garlic	Mực xào dưa cà Sautéed squid	Đậu hũ nhồi thịt sốt cà Stuffed tofu w pork	Tôm xào rau củ Stir fried pawn w vegetables
Veggie Option	Nấm đùi gà xào sả cơm gạo lức Lemongrass mushroom w brown rice	Bánh kẹp chay Veggie sandwich	Cơm chiên chay Fried rice	Bánh pita chay Veggie pita	Cuốn chay kiểu Mê Hi Cô Enchilada
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 tôm Amaranth and spinach shrimp soup	Canh bí xanh thịt heo Squash soup w pork	Canh rong biển đậu hũ Seaweed w tofu soup	Canh rau ngót mướp nấu mọc Katuk sweet leaf soup w meat ball	Canh đu đủ nấu thịt Green papaya soup 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
Salad	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar
Dessert	Dưa lưới Melon	Táo Apple	Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Chuối Banana








Y4-Y6 LUNCH

Any special orders or if you would like to know about particular allergen please contact Mrs. Huong
Email: huongduong457@gmail.com

- :Dairy(Chế phẩm sữa) :Sesame(Hạt mè)
- :Gluten(Lúa mì) :Pork(Thịt heo)
- :Seafood(Hải sản) :Chicken(Thịt gà)
- :Fish(Các loại cá) :Egg(Trứng)
- :Beef(Thịt bò) :Soy bean(Đậu nành)

SCHOOL MENU

4

	MONDAY 20/5	TUESDAY 21/5	WEDNESDAY 22/5	THURSDAY 23/5	FRIDAY 24/5
Option 1	Trứng cuộn thịt nguội Rolled ham omelet  	Chả cá thì là chiên sốt thái Fish cake w Thai sauce 	Gà xóc nước mắm Chicken w fish sauce 	Chả trứng thịt Vietnamese egg meat loaf  	Mì ý thịt viên Spaghetti meat balls  
Option 2	Sườn ram Caramel pork chop 	Bò bằm miếng sốt hành khoai tây nghiền Beef w mashed potato  	Tôm xào cà chua Stir fried shrimp w tomato 	Sườn cot let nướng Grilled pork chop 	Thịt gà quay chảo Roasted chicken 
Option 3	Nui xào sốt bò Stir fried pasta w ground beef  	Mì xào giòn thập cẩm Mixed crispy noodles 	Nui sốt kem thịt xông khói Mac and cheese w bacon  	Bánh kẹp trứng ham Ham and egg sandwich   	Bánh canh gạo cá Noodles soup w chả fish 
Option 4	Cá sốt teriyaki Grilled fish w teriyaki sauce 	Thịt heo kho đậu hũ Braised tofu and pork  	Thịt bò sốt nấm bánh mì Beef ball mushroom sauce with bread  	Cá chiên xù Breadcrumbs fish  	Tôm xào Stir fried shrimp 
Veggie Option	Bánh đậu hũ, sốt bơ Tofu guacamole wrap 	Mì ý lát to phô mai nướng Lasagna  	Đậu hũ xào kèm cơm gạo lức Stir fried Tofu with brown rice 	Mì ý sốt pesto nấm Pasta w mushroom 	Bánh bí đỏ xào bó xôi Stir fried gnocchi w spinach 
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 tôm Bob choy soup w shrimp 	Canh khoai mỡ thịt heo Winged yam soup with minced pork 	Canh rau dền nấu tôm Amaranth soup w shrimp 	Canh cà trứng Tomato egg soup 	Canh lagim Vegetables soup w minced pork 
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	Bí đỏ hấp Steamed pumpkin
Salad	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar
Dessert	Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Chuối Banana	Đu đủ Papaya	Dưa lưới Melon

Y4-Y6 LUNCH

Any special orders or if you would like to know about particular allergen please contact Mrs. Huong
Email: huongduong457@gmail.com

-  :Dairy(Chế phẩm sữa)  :Sesame(Hạt mè)
-  :Gluten(Lúa mì)  :Pork(Thịt heo)
-  :Seafood(Hải sản)  :Chicken(Thịt gà)
-  :Fish(Các loại cá)  :Egg(Trứng)
-  :Beef(Thịt bò)  :Soy bean(Đậu nành)

SCHOOL MENU

5

	MONDAY 27/5	TUESDAY 28/5	WEDNESDAY 29/5	THURSDAY 30/5	INTERNATIONAL FOOD DAY (FRIDAY) 31/5
Option 1	Gà nướng sốt cam Grilled chicken with orange sauce	Thịt gà xào gừng sả Stir fried chicken w lemongrass	Cá diêu hồng xì dầu Red tilapia fish w soya	Chả trứng hấp Steamed egg w mince pork	Thịt heo nướng kèm cơm dừa Pork kofta w coconut rice
Option 2	Cá diêu hồng hấp đậu tương Steamed fish with soy bean	Thịt heo nướng Roasted pork	Gà sốt tiêu Grilled chicken thigh w pepper sauce	Sườn cốt let ram Caramel pork chop	Cơm đỏ nấu kèm xúc xích Sausage Jambalaya
Option 3	Bún gạo xào thịt heo Rice noodles w pork	Mì ý sốt hải sản Seafood spaghetti	Bò lasagna Beef lasagna	Bún bò huế Beef noodles soup	Gà nấu kiểu Moroccan Chicken Tagine
Option 4	Cà ri thịt bò kiểu nhật Japanese beef curry	Xúc xích khoai nghiền sốt gravy Grilled sausage w mash potato	Đậu hũ nhồi thịt Stuffed tofu	Tôm nấu bông cải Sautéed shrimp w broccoli	Bánh cá sốt yogurt Fish croquettes
Veggie Option	Rau củ kho chay gạo lức Braised vegetables w brown rice	Bánh falafel chay Falafel	Súp nui chay nấu nấm Veggie pasta soup	Đậu hũ sốt tứ xuyên Tofu w mushroom sauce	Cà nhồi rau củ nướng Stuffed tomato
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 gà Pumpkin soup with minced chicken	Canh mồng tơi mướp nấu tôm Spinach and luffa soup w shrimp	Canh rong biển đậu hũ Tofu seaweed soup	Canh chua chả cá Sour soup w fish ball	Canh súp Potato and carrot soup
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	Đậu que nấu bacon Green bean w bacon
Salad	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar
Dessert	Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Chuối Banana	Đu đủ Papaya	Dưa lưới Melon

Y4-Y6 LUNCH

Any special orders or if you would like to know about particular allergen please contact Mrs. Huong
Email: huongduong457@gmail.com

- :Dairy(Chế phẩm sữa) :Sesame(Hạt mè)
- :Gluten(Lúa mì) :Pork(Thịt heo)
- :Seafood(Hải sản) :Chicken(Thịt gà)
- :Fish(Các loại cá) :Egg(Trứng)
- :Beef(Thịt bò) :Soy bean(Đậu nành)