

SCHOOL MENU

PRIMARY MENU

1		Thứ 2/ Mon 29/9	Thứ 3/ Tue 30/9	Thứ 4/ Wed 1/10	Thứ 5/ Thu 2/10	Thứ 6/ Fri 3/10
SNACK				Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar-free 	Nước chanh leo Passion fruit juice
				Bắp xào Stir fried corn	Bánh bí đỏ Pumpkin muffin   	Bánh kếp chuối Banana pancake   
Lunch	Option 1			Trứng kho thịt Braised pork w egg  	Cá chiên sốt cà Fried fish w tomato sauce 	Trứng hấp lạp xường tôm Steamed egg w shrimp and sausage   
	Option 2			Bánh mì thịt bò phô mai Sloppy Joe    	Mì ý thịt gà sốt kem Creamy chicken spaghetti    	Bánh canh tôm thịt Noodle soup w pork and shrimp  
	Rice			Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
	Soup			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 hào xào Sautéed cabbages turnip	Bắp cải xào nấm Stir-fried cabbage w mushroom	Cải thìa luộc Boiled bok choy
DESSERT				Chuối Banana	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

PRIMARY MENU

2		Thứ 2/ Mon 6/10	Thứ 3/ Tue 7/10	Thứ 4/ Wed 8/10	Thứ 5/ Thu 9/10	Thứ 6/ Fri 10/10
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	Chuối chiên Crispy banana	Xôi trứng Sticky rice w egg 	Trái cây Fruit	Khoai lang nướng sốt mật ong Baked sweet potato w honey
Lunch	Option 1	Gà chiên xù sốt cà ri nhật Chicken Katsu Curry  	Thịt heo hầm khoai tây Braised pork potato 	Tôm xào Stir fried shrimp 	Đậu hũ sốt thịt Tofu w meat sauce  	Gà chiêu kiểu Mỹ Southern-Style Fried Chicken 
	Option 2	Mì xào ham nấm đậu bi Noodles w ham and mushroom   	Mì Ý sốt bò Spaghetti Bolognese   	Bánh thịt bò khoai tây Pastel de Papas   	Bánh cuộn thịt gà Chicken Shawarma Wraps   	Nui sốt phô mai Macaroni and Cheese   
	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 gam 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	Táo Apple	Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Dưa lưới Melon

ALLERGEN ICON	
Dairy (Chế phẩm Sữa) 	Gluten (Lúa Mi) 
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

PRIMARY MENU

3		Thứ 2/ Mon 20/10	Thứ 3/ Tue 21/10	Thứ 4/ Wed 22/10	Thứ 5/ Thu 23/10	Thứ 6/ Fri 24/10 International Day
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	Xôi chả lụa Sticky rice w pork cake 	Bánh muffin chuối Banana muffin   	Trái cây Fruit	Cơm cuộn thịt gà Chicken temaki 
Lunch	Option 1	Gà nướng kiểu Pháp Roasted chicken 	Chả trứng thịt Meat loaf  	Đùi gà sốt mắm nhĩ Chicken w fish sauce 	Trứng hấp thịt xay Steamed egg w meat  	Halloween pizza    
	Option 2	Cơm chiên xúc xích trứng Fried rice w sausage & egg  	Mì lát to sốt bò Beef Lasagna   	Bánh gạo Hàn Quốc thịt heo Topokki w pork 	Miến xào thập cẩm Stir fried glass noodles   	Gà chiên xù sốt cà phô mai Chicken Parmigiana   
	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 bầu tôm Squash soup w shrimp 
	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	Bắp cải xào Stir fried cabbages
DESSERT		Dưa lưới Melon	Táo Apple	Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Bánh quy Gingerbread cookie  

ALLERGEN ICON	
Dairy (Chế phẩm Sữa) 	Gluten (Lúa Mi) 
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

PRIMARY MENU

4		Thứ 2/ Mon 27/10	Thứ 3/ Tue 28/10	Thứ 4/ Wed 29/10	Thứ 5/ Thu 30/10	Thứ 6/ Fri 31/10
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	Bánh bao Thọ Phát Meat dumpling  	Trái cây Fruit	Chả giò chuối Banana spring roll
Lunch	Option 1	Bò hầm rau củ Stewed beef w vegetab 	Chả cá basa sốt cam Fish balls w orange sauce 	Tôm xào cà chua Stir fried shrimp w tomato 	Trứng chiên thịt và phô mai Cheese, meat omelet   	Cá diêu hồng chiên Fried tilapia fish 
	Option 2	Bún gạo xào trứng thịt ngũ Stir fried noodles w egg and ham  	Bánh mì thịt gà sốt BBQ Chicken BBQ sandwich   	Nui sốt kem thịt xông khói Mac and cheese w bacon    	Miến xào thịt bò Stir fried vermicelli w beef 	Bún bò Huế Beef noodles soup 
	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 cà đậu hũ nấu nấm Tomato mushroom tofu soup 	Canh chua gà lá giang Sour-soup creeper w chicken 	Canh cua đồng nấu rau đay Jute crab soup 	Canh rau củ nấu thịt Pork soup w vegetables 
	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	Cải thảo luộc Boiled long cabbages
DESSERT		Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Chuối Banana	Đu đủ Papaya	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) 

