

SCHOOL MENU

Y1 - Y3 MENU

1		Thứ 2/ Mon 5/1	Thứ 3/ Tue 6/1	Thứ 4/ Wed 7/1	Thứ 5/ Thu 8/1	Thứ 6/ Fri 9/1
PRIMARY SNACK			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
			Chuối Banana	Bắp xào Stir fried corn	Xoài Mango   	Bánh kếp phô mai Cheese pancake   
Lunch	Option 1		Trứng hấp tôm lạp xường Steamed egg w shrimp and pork  	Cá basa kho Braised fish 	Cơm chiên tôm Shrimp fried rice 	Thịt heo nướng Grilled pork 
	Option 2		Bún chả Hà Nội Rice noodles w pork 	Bánh sốt thịt bò phô mai Beef sloppy joe    	Mì Ý sốt kem thịt gà Creamy Chicken spaghetti    	Bún riêu bò đậu Noodles soup w beef and tofu   
	Rice		Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
	Soup		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		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			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 12/1	Thứ 3/ Tue 13/1	Thứ 4/ Wed 14/1	Thứ 5/ Thu 15/1	Thứ 6/ Fri 16/1
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	Thịt nướng sốt nấm Grilled pork w mushroom sauce 	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	Bánh cuộn thịt bò phô mai Cheese beef wrap w vegetables   	Bánh kẹp thịt gà Chicken sandwich  	Cơm chiên thịt kimchi ốp la Kimchi fried rice w egg and pork  	Mì xào hải sản Stir fried noodles w seafood  	Mì gà tiềm Chicken 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 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 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

Y1 - Y3 MENU

3		Thứ 2/ Mon 19/1	Thứ 3/ Tue 20/1	Thứ 4/ Wed 21/1	Thứ 5/ Thu 22/1	Thứ 6/ Fri 23/1
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	Thịt heo kho đậu hũ Braised pork w tofu  	Chả trứng thịt Meat loaf  	Gà hấp mắm tỏi Steamed Chicken w fish sauce 	Đậu hũ sốt thịt Tofu with meat sauce  	Cá basa chiên sả nghệ Fried fish lemongrass 
	Option 2	Nui xào thịt xông khói Stir fried pasta w ham  	Mì lát to sốt bò Beef Lasagna   	Bánh gạo Hàn Quốc thịt heo Topokki w pork 	Miến xào tôm thịt Stir fried class noodles pork and shrimp  	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 mồng tơi rau dền nấu tthịt 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 mọc 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	Đu đủ Papaya	Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Chuối Banana

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

Y1 - Y3 MENU

4		Thứ 2/ Mon 26/1	Thứ 3/ Tue 27/1	Thứ 4/ Wed 28/1	Thứ 5/ Thu 29/1	Thứ 6/ Fri 30/1 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 ép chanh Lime juice
		Bánh bao Thọ Phát Meat dumpling	Trái cây Fruit	Chuối chiên Crispy banana	Trái cây Fruit	Bánh muffin thơm Pineapple muffin
Lunch	Option 1	Gà hấp sốt Thái Steamed chicken	Cá chiên sốt me Pan fried fish w tamarind sauce	Gà chiên xù sốt teriyaki Fried chicken w teriyaki	Trứng nướng kiểu Ý Frittata bacon spinach	Bánh thịt heo Pork tacos
	Option 2	Bánh kẹp ham trứng Egg ham sandwich	Bánh mì xiu mại Meat ball in tomato w bread	Mì Ý sốt bò Spaghetti beef sauce	Phở bò Beef noodles soup	Cơm tôm Mexican Green Fried rice with shrimp
	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 cà chua trứng Tomato egg 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	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 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)

