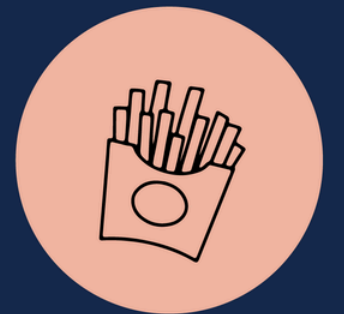


SCHOOL MENU

Y4 - Y6 MENU

| 1 | Thứ 2/ Mon 4/5 | Thứ 3/ Tue 5/5 | Thứ 4/ Wed 6/5 | Thứ 5/ Thu 7/5 | Thứ 6/ Fri 8/5 | |
|----------------|----------------------|--|---|--|--|--|
| Lunch | Option 1 | Thịt heo xay nấu khoai tây Braised potato w mince pork  | Gà sốt nước mắm nhĩ Chicken w fish sauce  | Thịt kho trứng Braised pork w egg   | Chả cá kho thơm Caramel fish cake w pineapple  | Bò xào rau Stir fried beef w vegetables  |
| | Option 2 | Mì Ý tôm xào rau củ Spaghetti w shrimp   | Bún chả thịt viên nướng Grilled pork balls w rice noodles  | Bánh sốt thịt bò phô mai Beef sloppy joe   | Cơm chiên xúc xích trứng Fried rice w sausage egg   | Mì hoành thánh thịt heo Wonton and noodle soup   |
| | Option 3 | Cá diêu hồng chiên nước mắm xoài Fried tilapia fish w mango fish sauce  | Thịt bò hầm bắp Stewed beef w corn  | Gà nướng sốt nước tương Soy sauce chicken  | Thịt heo kho nước tương cải chua Braised pork w pickled mustard greens   | Tôm nấu sốt kem cà Braised shrimp tomato cream sauce   |
| | Option 4 | Gà nướng sốt cà ri Grilled chicken w curry sauce  | Trứng hấp tôm lạp xường Steamed egg w shrimp and pork   | Cá hấp hành gừng Steamed fish w onion and ginger  | Gà nướng kiểu Thái Grilled chicken w Thai sauce  | Trứng cuộn rau thịt gà Fried egg chicken and vegetables   |
| | Veggie Option | Cà tím sốt nấm Grilled eggplant w mushroom sauce | Đậu hũ sốt mỡ hành Tofu w green onion sauce  | Miến xào chay Mixed glass noodles  | Bún gạo lứt trộn chay Mixed brown noodles  | Bánh thịt viên chay "Meatball" Subs    |
| | 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 cải cúc nấu mọc Crown daisy w meat ball  | Canh cải xanh thịt bò Mustard greens soup w beef  | Canh bó xôi thịt gà Spinach soup w chicken  | Canh bí xanh tôm Squash soup w shrimp  |
| | Vegetables | Cải ngọt xào Stir fried leaf mustard | Bắp cải xào Stir fried cabbage | Su su luộc Boiled chayote | Đậu que luộc Boiled green bean | Cải thìa luộc Boiled bok choy |
| | 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 | Ổi Guava | Đưa lười Melon | Táo xanh Green apple | Đu đủ Papaya | Thanh long Dragon fruit | |

| 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)  |

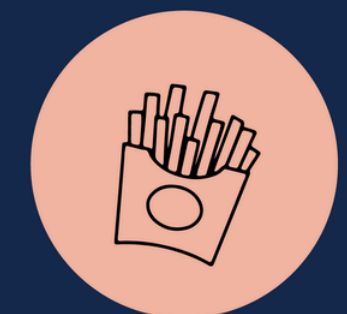


SCHOOL MENU

Y4 - Y6 MENU

| 2 | Thứ 2/ Mon 11/5 | Thứ 3/ Tue 12/5 | Thứ 4/ Wed 13/5 | Thứ 5/ Thu 14/5 | Thứ 6/ Fri 15/5 | |
|----------------|----------------------|--|--|--|---|--|
| Lunch | Option 1 | Gà nấu nấm hương Braised chicken w mushroom  | Thịt bò viên sốt nấm Beef balls w mushroom  | Thịt heo khía nước dừa Coconut caramel pork  | Cá hấp sốt nước tương Steamed fish w soy sauce  | Trứng xào thập cẩm Mixed egg  |
| | Option 2 | Bánh mì tròn kẹp ham trứng Egg ham in bun   | Mì xào hải sản Stir fried noodles w seafood   | Bánh cuộn thịt gà phô mai Chicken wrap w cheese     | Miến xào thịt bò Stir fried glass noodles w beef  | Phở bò Beef noodles soup  |
| | Option 3 | Thịt cốt lết ram Caramel pork chopped  | Thịt heo kho củ cải Caramel pork w radish  | Bò nấu khoai lang Braised beef w sweet potato  | Thịt heo nướng hành tây Grilled pork w onion  | Thịt gà nướng sốt cà chua Grilled chicken w tomato  |
| | Option 4 | Cá lúc lắc Stir fried fish  | Gà sốt BBQ BBQ chicken  | Cá kho thơm Braised fish  | Mực xào rau củ Stir fried squid w vegetables  | Đậu hũ non sốt thịt xay Tofu w meat sauce   |
| | Veggie Option | Cà ry chay kiểu Nhật Japanese veggie curry  | Đậu hũ sốt chua ngọt Tofu w sweet and sour sauce  | Nui xoắn xào chay Stir fried pasta   | Cơm gạo lứt đậu hũ kho củ sen Brown rice w braised tofu  | Bánh cuộn chay Falafel    |
| | 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 mướp thịt xay Luffa and spinach crab soup  | 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 thảo luộc Boiled long cabbages | Cải ngọt xào Boiled Leaf mustard | Su su luộc Boiled chayote | Đậu que luộc Boiled green bean | Mướp hương xào giá Stir-fried luffa and bean sprouts |
| | 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 | 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)  |

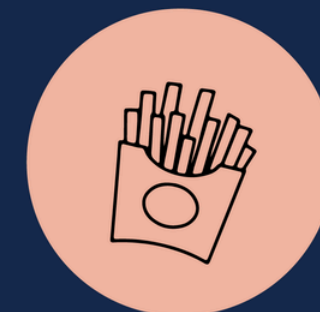


SCHOOL MENU

Y4 - Y6 MENU

| 3 | Thứ 2 / Mon 18/5 | Thứ 3/Tue 19/5 | Thứ 4/Wed 20/5 | Thứ 5/Thu 21/5 | Thứ 6/Fri 22/5 | |
|----------------|----------------------|--|---|---|--|--|
| Lunch | Option 1 | Gà kho gừng Chicken ginger  | Tôm rim Sautéed Shrimp  | Gà hấp mắm tỏi Steamed Chicken w fish sauce  | Cá sốt chua ngọt Sweet and sour Fish  | Cá lóc nướng sốt bơ thì là Grilled fish w butter dills   |
| | Option 2 | Bún gạo xào thập cẩm Mixed stir-fried rice noodles    | Nui xào thịt xay Stir-fried macaroni w pork    | Bánh cuộn kiểu Mề thịt heo Pork burrito   | Mì Ý sốt thịt bò Spaghetti beef sauce   | Bún bò Huế Beef noodles soup  |
| | Option 3 | Thịt heo nấu chua ngọt Braised pork sweet and sour  | Sườn cốt lết nướng Grilled pork chop  | Bò nấu nấm Braised beef w mushroom  | Tôm rau củ xào sốt cam Stir fried shrimp w vegetables orange sauce   | Thịt heo sốt mật ong Grilled pork w honey sauce  |
| | Option 4 | Cá diêu hồng chưng tương Red tilapia fish w soy sauce   | Chả trứng thịt heo Steamed egg w pork   | Cá lóc kho khế Braised fish w star fruit  | Gà phi lê nướng sốt Teriyaki Grilled chicken w Teriyaki  | Gà hầm rau củ sốt kem Stewed chicken w creamy vegetables   |
| | Veggie Option | Ra gu chay bánh mì Stewed vegetable w bread   | Đậu hũ kho nấm rơm Tofu and mushroom  | Súp đậu chay kèm bánh mì Lentil soup w garlic bread  | Bánh cuộn chay Veggie wrap   | Cơm chiên chay Fried rice  |
| | 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 mướp thịt heo Luffa and spinach w pork soup  | Canh cải thảo thịt gà Long cabbaged w chicken  | Canh đu đủ thịt heo Papaya soup w pork  | Canh rong biển đậu hũ Seaweed w tofu soup  | Canh la gim nấu thịt Vegetable soup w pork  |
| | Vegetables | Su su luộc Boiled chayote | Đậu que luộc Boiled green bean | Cải ngọt xào Boiled Leaf mustard | Bầu luộc Boiled squash | 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 | Đu đủ Papaya | Thanh long Dragon fruit | Dưa lưới Melon | 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 | Y4 - Y6 MENU

| 4 | Thứ 2 /Mon 25/5 | Thứ 3/Tue 26/5 | Thứ 4/Wed 27/5 | Thứ 5/Thu 28/5 | Thứ 6/Fri 29/5 International Day | |
|----------------|----------------------------|--|--|---|---|---|
| Lunch | Option 1 | Tôm xào bông cải Stir fried shrimp w broccoli  | Trứng cuộn rau củ Rolled egg w vegetables  | Thịt heo hầm rau củ Pork stew w vegetables  | Cá basa chiên sốt cà Fried fish w tomato sauce  | Gà chiên sốt Korean fried chicken  |
| | Option 2 | Hủ tiếu mềm thập cẩm Stir-fried rice noodles    | Bánh mì xíu mại Meatball in tomato w bread    | Mì Ý xào bơ tỏi thịt xông khói Butter spaghetti ham    | Bún riêu đậu bò Rice noodles soup w beef   | Bánh gạo chả cá Tokbokki w fish cake  |
| | Option 3 | Gà hấp sốt Thái Steamed chicken  | Cá nướng sốt me Pan fried fish w tamarind sauce  | Ức gà cuộn sốt phô mai Rolled chicken w cheese sauce   | Thịt heo rim dừa Braised pork coconut  | Thịt heo nấu kim chi Pork stew w kimchi  |
| | Option 4 | Bò lúc lắc Stir fried beef w bell peppers  | Gà nướng sốt teriyaki Grilled chicken w teriyaki sauce  | Cá ba sa kho Caramel catch fish  | Trứng nướng kiểu Ý Frittata bacon spinach   | Bò nướng Beef bulgogi  |
| | Veggie Option | Bánh kẹp chay Veggie burger   | Bún gạo lức xào chay Stir fried brown noodles   | Đậu hũ sốt mỡ hành Tofu w green onion   | Bánh pie cà tím Egg plant pie   | Bún trộn chay Bibim Guksu  |
| | Rice | Cơm trắng Steamed rice | Cơm trắng Steamed rice | Cơm trắng Steamed rice | Cơm trắng Steamed rice | Cơm trắng Steamed rice |
| | Soup | Canh cà chua trứng Tomato egg soup  | Canh bầu nấu tôm Squash soup w shrimp  | Canh chua chả cá Sweet & sour soup w fish cake  | Canh mướp nấm đậu hũ Luffa and mushroom tofu soup   | Canh bó xôi thịt gà Chicken spinach 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 |
| | 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 | Mận An Phước Water apple | Đu đủ Papaya | |

| 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)  |

