

PRIMARY (Y4 –Y6)		Thứ 2 /Mon 6/03	Thứ 3/Tue 7/03	Thứ 4/Wed 8/03	Thứ 5/Thu 9/03	Thứ 6/Fri 10/03
SNACK (AM)		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	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar- free
		Dưa hấu Watermelon	Bánh mì cuộn ham Ham bread rolls	Bánh quy hạt lúa mạch Oatmeal cookies	Bánh mì chiên kiểu Pháp French toast	Xoài mango
Lunch	Option 1	Gà nướng trái thơm Roasted chicken w pineapple	Sườn non ram me Pork ribs with tamarind sauce	Cá lóc tẩm bột xù nướng Baked fish fingers	Chả cá sốt cam Fish cake w orange sauce	Gà pi lê nướng kèm đậu Grilled Chicken w chickpeas
	Option 2	Trứng chiên thịt Meat omelette	Mì xào hải sản Stir fried egg noodles w seafood	Bò kho bánh mì Stewed beef w bread	Gà nướng xa tế Spicy chicken	Thịt heo kho thơm Braised pork w pineapple
	Option 3	Khoai tây nướng sốt thịt bò Jacket potatoes w beef sauce	Bánh thịt khoai lang nghiên Meatloaf w mashed sweet potatoes	Bánh pie thịt gà Chicken pies	Mì ý sốt thịt bò Spaghetti Bolognese	Bánh canh tôm thịt Noodle soup w shrimp and pork
	Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice
	Soup	Canh chua chả cá Sweet & sour soup with fish balls	Canh cua mồng tơi rau đay Vietnamese spinach crab meat soup	Cánh đu đủ nấu thịt Papaya soup with minced pork	Canh khoai mỡ thịt heo Winged yam soup with minced pork	Canh bầu thịt heo Squash, minced pork soup
	Vegetables	Đậu đũa xào Stir fried long beans	Su su xào Sautéed Chayote	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Bầu xào trứng Sautéed squash W egg	Rau củ luộc Mixed Vegetables
	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	ổi Guava	Dưa hấu Watermelon	Thơm Pineapple	Đu đủ Papaya

* Subject to availability/ Thực đơn có thể thay đổi

* Vegetarian please order in advance /Ăn chay vui lòng đặt trước



PRIMARY (Y4 –Y6)		Thứ 2 /Mon 13/03	Thứ 3/Tue 14/03	Thứ 4/Wed 15/03	Thứ 5/Thu 16/03	Thứ 6/Fri 17/03
SNACK (AM)		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
		Grapes Nho mĩ	Bánh kếp chuối Pancake banana	Khoai lang nướng Roasted sweet potato	Chuối cau Banana	Xôi thịt gà Sticky rice with chicken
Lunch	Option 1	Gà nướng mật ong Roasted chicken w honey sauce	Cá lóc kho cà chua Braised fish w tomatoes	Sườn colet nướng Grilled pork chops	Cá basa tẩm mè nướng Grilled fish w sesame sauce	Gà xào rau củ Sautéed chicken w vegetables
	Option 2	Đậu hũ thịt viên sốt cà Tofu & meat balls w tomatoes sauce	Thịt heo xá xíu Chinese roasted Pork	Chả trứng thịt Vietnamese pork cake	Thịt heo ba chỉ ram Stir fried pork belly	Xúc xích nấu hành tây Braised sausage w onion
	Option 3	Hủ tiếu xào thịt bò Sautéed rice noodles w Beef	Nui sốt thịt bò nướng Baked Pasta with Bolognese	Bánh kẹp thịt gà Chicken sandwich	Cà ry gà bánh mì Chicken curry w bread	Mì Quảng sườn Quảng 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 chua chả cá Sweet &sour soup with fish balls	Canh cua mồng tơi rau đay Vietnamese spinach crab meat soup	Canh cà chua trứng Egg tomato soup	Canh khoai tây cà rốt Potatoes and carrot soup	Canh cải thảo thịt viên Cabbage meat ball soup
	Vegetables	Bắp cải xào Sautéed cabbages	Rau củ luộc Boiled vegetables	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Cải thảo xào Sautéed long cabbages	Bông cải xào Sautéed broccoli and cauliflower
	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	Chuối Banana	Đu đủ Papaya	Dưa hấu watermelon	Thanh long Dragon fruit

* Subject to availability/ Thực đơn có thể thay đổi

* Vegetarian please order in advance /Ăn chay vui lòng đặt trước



PRIMARY (Y4 –Y6)		Thứ 2 /Mon 20/03	Thứ 3/Tue 21/03	Thứ 4/Wed 22/03	Thứ 5/Thu 23/03	Thứ 6/Fri 24/03
SNACK (AM)		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 cam Organ juice
		Táo Apple	Xúc xích nướng sốt cà Grilled Sausage W Spicy tomato salsa	Bánh mì kẹp trứng Egg sandwich	Dưa hấu Watermelon	Bánh mì ngọt vị chuối Banana toast
Lunch	Option 1	Gà lúc lắc Stir fried chicken w bell peppers	Tôm rim thịt Caramelized pork w shrimp	Cá lóc nướng nước tương Grilled fish w soy sauce	Gà kho gừng Braised chicken w ginger	Thịt heo sốt chua ngọt Sweet and sour pork
	Option 2	Thịt heo nướng Roasted pork	Bò hầm khoai tây Stewed beef w potato	Sườn heo sốt BBQ BBQ pork ribs	Thịt heo chiên bột xù Pan- fried breadcrumb pork chop	Bánh kẹp thịt viên nướng Meatball sub
	Option 3	Nui xào bò Vietnamese pasta w beef	Bánh mì kẹp ham trứng Baguette w ham and egg	Mì xào thịt bò Stir fried beef w noodles	Thịt bò xay khoai nghiền nướng Shepherd's pie	Phở Gà Noodles soup w chicken
	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 xay Pumpkin soup with minced pork	Canh khoai mỡ thịt heo Winged yam soup with minced pork	Canh cải xoong nấu thịt Water-cress soup W pork	Canh chua đậu hũ Sweet & sour soup with tofu	Canh cà chua trứng Egg tomato soup
	Vegetables	Su su xào Sautéed Chayote	Đậu que xào Sautéed green bean	Muróp xào giá đỗ Stir-fried bean sprouts with luffa	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Cải thảo xào Sautéed 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		Chuối Banana	Mận Plum	Thanh long Dragon fruit	Đu đủ Papaya	Dưa hấu Watermelon

* Subject to availability/ Thực đơn có thể thay đổi

* Vegetarian please order in advance /Ăn chay vui lòng đặt trước



PRIMARY (Y4 –Y6)		Thứ 2 /Mon 27/03	Thứ 3/Tue 28/03	Thứ 4/Wed 29/03	Thứ 5/Thu 30/03	Thứ 6/Fri 31/03
SNACK (AM)		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	Sữa tươi không đường Vinamilk Fresh milk sugar- free
		Bắp xào Stir –fried sweet corn	Dưa hấu Watermelon	Bánh xốp dinh dưỡng Banana oatmeal muffin	Bánh mì kẹp chuối Banana sandwich	Táo Apple
Lunch	Option 1	Gà Hải Nam Steamed chicken	Cá lóc nướng sốt thơm Grilled fish with pineapple sauce	Thịt bò hầm cà rốt Stewed beef w carrot	Gà viên nướng Baked chicken nuggets	Gà nấu pate Braised chicken w pate
	Option 2	Thịt heo kho đậu hũ Braised pork w tofu	Gà nướng mật ong Roasted chicken	Thịt viên nướng Meat balls	Đậu hũ nhồi thịt sốt cà Stuffed Tofu w tomatoes sauce	Bánh mì kẹp ham bò Pastrami on rye sandwich
	Option 3	Bánh sừng trâu kẹp ham, trứng Ham & egg Croissant	Nui ý xào thịt xông khói Stir fried pasta w bacon	Bún chả giò Crispy spring rolls w rice noodles	Thịt bò xay khoai nghiền nướng Shepherd’s pie	Bún Thái Thai Noodles soup
	Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice
	Soup	Cánh đu đủ nấu thịt Papaya soup with minced pork	Canh rong biển đậu hũ Sea weed soup with tofu	Canh cua mồng tơi rau đay Vietnamese spinach crab meat soup	Canh khoai mỡ thịt heo Winged yam soup with minced pork	Canh cải thảo thịt viên Cabbage meat ball soup
	Vegetables	Cà rốt và đậu xào Sautéed Peas & carrot	Su su xào Sautéed Chayote	Rau củ luộc Boiled vegetables	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Bầu xào trứng Sautéed squash W egg
	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 hấu Watermelon	Chuối Banana	Thanh long Dragon fruit	ôỉ Guava	Chuối Banana

*Subject to availability/ Thực đơn có thể thay đổi

* Vegetarian please order in advance /Ăn chay vui lòng đặt trước .

