

PRIMARY (Y4 -Y6)		Thứ 2 /Mon 4/8	Thứ 3/Tue 5/9	Thứ 4/Wed 6/9	Thứ 5/Thu 7/9	Thứ 6/Fri 8/9
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
			Bánh mì kẹp chuối Banana sandwich	Bánh quy hạt lúa mạch Oatmeal cookies	Bánh mì chiên kiểu Pháp French toast	Xoài mango
Lunch	Option 1		Đùi gà nướng khoai tây Baked chicken legs w potatoes	Gà nướng sốt me Grilled chicken w tamarind sauce	Chả cá sốt cam Fish cake w orange sauce	Thịt heo kho Braised pork
	Option 2		Bò sốt tiêu Sautéed beef w pepper sauce	Cá chiên sả Pan fried lemongrass fish	Gà nướng xả tế Spicy chicken	Bánh mì kẹp trứng,thịt xông khói Ham & egg sandwich
	Option 3		Nui xào hải sản Stir fried pasta W seafood	Bánh kẹp thịt bò kiểu Hàn Korean beef sandwich	Mì ý thịt viên Spaghetti meat balls	Bún bò Huế Noodle soup W beef
	Rice		Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice
	Soup		Canh ngọt thịt xay Sweet leafs w minced pork soup	Canh cua mồng tơi rau đay Vietnamese spinach crab soup	Canh cải dún nấu thịt Curly endives soup w minced pork	Canh bầu thịt heo Squash, minced pork soup
	Vegetables		Rau củ luộc Boiled vegetables	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Bầu xào trứng Sautéed squash W egg	Rau củ luộc Boiled 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
DESSERT			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 11/9	Thứ 3/Tue 12/9	Thứ 4/Wed 13/9	Thứ 5/Thu 14/9	Thứ 6/Fri 15/9
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 kho sả ớt Braised chicken w chili lemongrass
	Option 2	Đậu hủ 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 ý sốt thịt bò Penne with Bolognese sauce	Bánh kếp thịt gà xay Chicken sandwich	Cà ry gà bánh mì Chicken curry w bread	Bún riêu Vietnamese crab 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 chua rau muống chả cá Sweet & sour water morning with fish balls	Canh rong biển đậu hủ Sea weed soup with tofu	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	Rau củ luộc Boiled 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		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 18/9	Thứ 3/Tue 19/9	Thứ 4/Wed 20/9	Thứ 5/Thu 21/9	Thứ 6/Fri 22/9
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 viên nướng Baked chicken balls	Thịt heo sốt chua ngọt Sweet and sour pork
	Option 2	Thịt heo nướng Roasted pork	Đùi gà nướng Grilled chicken	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	Cơm chiên thập cẩm Combination fried rice	Bò kho bánh mì Stewed beef with bread	Mì xào thịt gà Stir fried chicken w noodles	Thịt bò xay khoai nghiên nướng Shepherd's pie	Bún 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	Cải thảo thịt gà Long cabbage soup with chicken	Canh cải thìa nấu thịt Bok choy soup w minced pork	Canh cà chua đậu hũ thịt xay Tomato soup w tofu and meat
	Vegetables	Su su xào Sautéed Chayote	Đậu que xào Sautéed green bean	Rau củ luộc Boiled vegetables	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Rau củ luộc Boiled 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	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 25/9	Thứ 3/Tue 26/9	Thứ 4/Wed 27/9	Thứ 5/Thu 28/9	Thứ 6/Fri 29/9
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 bột xù nướng sốt cà chua Grilled breadcrumb chicken	Cá lóc nướng sốt thơm Grilled fish with pineapple sauce	Thịt bò hầm cà rốt Stewed beef w carrot	Chả cá basa chiên Fish cake	Bò xào rau củ Stir fried beef w vegetables
	Option 2	Thịt heo kho đậu hũ Braised pork w tofu	Gà nướng mật ong Roasted chicken	Thịt viên nướng Meat balls	Thịt heo nướng xả Roasted pork	Bánh mì kẹp ham bò Pastrami on rye sandwich
	Option 3	Bánh sừng trâu kẹp ham, trứng Ham & egg Croissant	Mì ý xào thịt xông khói sốt kem Bacon Pasta w Alfredo sauce	Bún chả giò Rice noodle w crispy spring roll	Bánh kẹp thịt gà sốt tartar Chicken in bun w tartar sauce	Nui sườn trứng cắt Pasta soup w pork rib
	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 bí nấu tôm Green squash w shrimp	Canh cải thảo thịt viên Cabbage meat ball soup	Canh cải dún nấu thịt Curly endives soup w minced pork	Canh cà Trứng Tomato soup w egg
	Vegetables	Cà rốt và đậu xào Sautéed Peas & carrot	Rau củ luộc Boiled vegetables	Su su xào Sautéed Chayote	Rau củ luộc Boiled vegetables	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	Ổi Guava	Chuối Banana

*Subject to availability/ Thực đơn có thể thay đổi
* Vegetarian please order in advance /Ăn chay vui lòng đặt trước .

