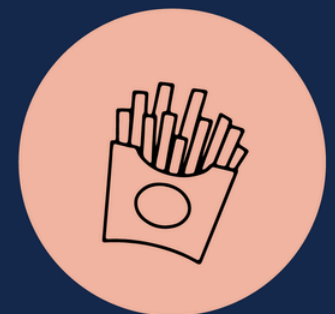


SCHOOL MENU

Y4 - Y6 MENU

1	Thứ 2/ Mon 1/6	Thứ 3/ Tue 2/6	Thứ 4/ Wed 3/6	Thứ 5/ Thu 4/6	Thứ 6/ Fri 5/6	
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  	Cá kho thơm Caramel fish w pineapple 	Bò xào rau bó xôi Stir fried beef w vegetables 
	Option 2	Bánh mì cà ry gà Chicken carry w bread  	Bún chả Hà Nội Grilled pork 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 cải chua Braised pork w pickled mustard greens  	Tôm nấu sốt kem cà Braised shrimp tomato cream sauce  
	Option 4	Tôm rim Stir fried shrimp 	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	Súp nui chay Pasta soup  	Đậu hũ sốt mỡ hành Tofu w green onion sauce 	Miến xào chay Mixed glass noodles 	Bún gạo lức 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 bầu nấu 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	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	Dưa lưới 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) 

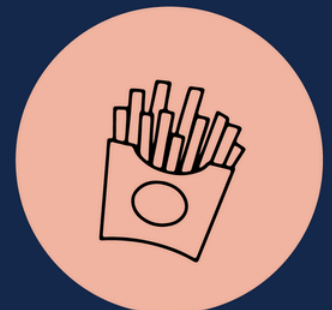


SCHOOL MENU

Y4 - Y6 MENU

2	Thứ 2/ Mon 8/6	Thứ 3/ Tue 9/6	Thứ 4/ Wed 10/6	Thứ 5/ Thu 11/6	Thứ 6/ Fri 12/6	
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	Cơm chiên chay Veggie fried rice 	Đậu hũ sốt chua ngọt Tofu w sweet and sour sauce 	Nui xoắn xào chay Stir fried pasta  	Cơm gạo lức 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 cua mỏng tươi mướp 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 15/6	Thứ 3/Tue 16/6	Thứ 4/Wed 17/6	Thứ 5/Thu 18/6	Thứ 6/Fri 19/6
Lunch	Option 1	Gà kho gừng Chicken ginger 	Tôm rim ớt Đà Lạt Sautéed shrimp w bell pepper 	Gà hấp mắm tỏi Steamed Chicken w fish sauce 	Thịt heo kho củ cải Braised pork w radish 	NO LUNCH
	Option 2	Bún gạo xào thập cẩm Mixed stir-fried rice noodles   	Nui xào thịt xay Stir-fried macaroni w pork   	Bánh cuộn kiểu Mỡ thịt heo Pork burrito   	Bún riêu bò đậu Carb noodles soup w beef and tofu  	
	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 	
	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 	
	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 	Mì ý lát to phô mai nướng Veggie Lasagna  	
	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 	
	Vegetables	Su su luộc Boiled chayote	Đậu que luộc Boiled green bean	Cải ngọt xào Boiled Leaf mustard	Bầu luộc Boiled squash	
	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	Dưa lưới Melon	Đu đủ Papaya	Thanh long Dragon fruit	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) 

