

| PRIMARY (Y4 –Y6 ) |            | Thứ 2 /Mon<br>3/5 | Thứ 3/Tue<br>4/5  | Thứ 4/Wed<br>5/5  | Thứ 5/Thu<br>6/5   | Thứ 6/Fri<br>7/5   |
|-------------------|------------|-------------------|---|---|--|--|
| SNACK (AM)        |            | HOLIDAY           | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free            | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free  | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free |
|                   |            |                   | Xúc xích gà nướng sốt cà<br>Grilled chicken Sausage w<br>tomato sauce | Bánh bao Thọ phát<br>Meat dumpling                          | Bánh mì ham<br>Ham sandwich                                | Bắp xào<br>Stir fried corn                                 |
| Lunch             | Option 1   |                   | Thịt còtlet sốt tiêu<br>Grilled pork w pepper sauce                   | Cá diêu hồng hấp xì dầu<br>Red tilapia fish w soya<br>sauce | Ragu gà<br>Stewed chicken                                  | Trứng cuộn thịt<br>Rolled egg                              |
|                   | Option 2   |                   | Tôm rim mặn<br>Stir fried shrimp                                      | Đậu hũ sốt thịt<br>Tofu w meat sauce                        | Cá basa chiên sả<br>Pan fried catfish                      | Thịt heo nướng kiểu âu<br>Roasted pork                     |
|                   | Option 3   |                   | Nui nướng sốt thịt bò<br>Grilled pasta w cheese meat<br>sauce         | Mì ý sốt kem thịt gà<br>Creamy pasta w chicken              | Bánh kẹp thịt bò<br>Beef burger                            | Phở bò<br>Beef noodles soup                                |
|                   | Rice       |                   | Cơm trắng<br>Steamed Rice   | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                   | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  |
|                   | Soup       |                   | Canh Bí đỏ thịt heo<br>Pumpkin soup with minced<br>pork               | Canh cải thìa nấu tôm<br>Bob choy soup w shrimp             | Canh chua đậu hũ<br>Sweet & sour soup with tofu            | Canh cải dùm thịt gà<br>Vietnamese spinach w chicken       |
|                   | Vegetables |                   | Rau Su Su hấp<br>Steamed vegetables                                   | Bông cải luộc<br>Boiled broccoli                            | Bầu luộc<br>Boiled squash                                  | Cải thảo luộc<br>Boiled cabbages                           |
|                   | Salad      |                   | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                                       | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                             | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            |
| DESSERT           |            |                   | Táo<br>apple  | Thanh long<br>Dragon fruit                                  | Đu đủ<br>Papaya  | Chuối<br>Banana  |

\* 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<br>10/5   | Thứ 3/Tue<br>11/5   | Thứ 4/Wed<br>12/5  | Thứ 5/Thu<br>13/5  | Thứ 6/Fri<br>14/5  |
|-------------------|------------|--|---|--|--|--|
| SNACK (AM)        |            | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free    | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free |
|                   |            | Táo<br>apple   | Bánh chuối<br>Banaa cake                                      | Bánh bao Thọ phát<br>Meat dumpling                         | Bánh mì ham<br>Ham sandwich                                | Bắp xào<br>Stir fried corn                                 |
| Lunch             | Option 1   | Cá lóc sốt mù tạt<br>Grilled with mustard<br>sauce         | Đậu hủ nhồi thịt<br>Stuffed tofu in tomato sauce              | Thịt heo kho trứng<br>Braised pork w egg                   | Bò xào đậu que<br>Stir fried beef w green bean             | Tôm thịt rim<br>Stir fried Shrimp and pork                 |
|                   | Option 2   | Gà sốt chua ngọt<br>Sweet and sour chicken                 | Thịt heo ba rọi om nước<br>trương<br>Slowed cook pork soy     | Mực xào<br>Stir fried squid                                | Cá basa kho cà<br>Caramel catfish                          | Gà nướng sốt cheese<br>Grilled chicken w cheese<br>sauce   |
|                   | Option 3   | Mì ý sốt thịt bò<br>Spaghetti beef sauce                   | Bánh mì thịt gà<br>Chicken sandwich                           | Bò kho bánh mì<br>Beef stew w bread                        | Hủ tiếu xào ba rọi<br>Stir fried rice noodles w pork       | Nui sườn heo<br>Pasta soup w pork                          |
|                   | Rice       | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                     | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  |
|                   | Soup       | Canh cải xanh thịt heo<br>Mustard greens soup w<br>pork    | Canh khoai mỡ thịt heo<br>Winged yam soup with<br>minced pork | Canh cải thìa nấu tôm<br>Bob choy soup w shrimp            | Canh chua đậu hủ<br>Sweet & sour soup with tofu            | Canh cải dím thịt gà<br>Vietnamese spinach w chicken       |
|                   | Vegetables | Su Su hấp<br>Steamed vegetables                            | Rau cải xanh luộc<br>Boiled vegetables                        | Rau dền luộc<br>Boiled amaranth                            | Bí đỏ hấp<br>Steamed pumpkin                               | Bông cải hấp<br>Steamed broccoli                           |
|                   | Salad      | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                               | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            |
| DESSERT           |            | Dưa hấu<br>Watermelon                                      | Táo<br>apple  | Thanh long<br>Dragon fruit                                 | Đu đủ<br>Papaya  | Chuối<br>Banana  |

\* 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<br>17/5   | Thứ 3/Tue<br>18/5  | Thứ 4/Wed<br>19/5  | Thứ 5/Thu<br>20/5  | Thứ 6/Fri<br>21/5                              |
|-------------------|------------|--|--|--|--|--|
| SNACK (AM)        |            | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free         | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free | Sữa chua không đường<br>Vinamilk<br>Yogurt sugar- free       | Nước cam<br>Orange juice                       |
|                   |            | Táo<br>Apple   | Bánh cuộn chà bông<br>Pork floss roll                      | Bánh bao thịt phật<br>Meat dumpling                        | Thanh long<br>Dragon fruit                                   | Bánh cà rốt<br>Carrot cake                     |
| Lunch             | Option 1   | Cá basa sốt cà<br>Pan fried catfish w tomato<br>sauce              | Chả nướng<br>Grilled pork chop                             | Đậu hũ chiên sốt thịt xay<br>Tofu w meat                   | Heo viên nướng sốt cà<br>Grilled meat ball w tomato<br>sauce | Đùi Gà nướng<br>Grilled chicken thigh          |
|                   | Option 2   | Thịt heo kho tiêu<br>Braised pork                                  | Chả trứng<br>Egg meatloaf                                  | Gà nướng tương xì muối<br>Grilled chicken                  | Cá lóc kho thơm<br>Braised fish w pineapple                  | Đậu hũ nhồi thịt sốt cà<br>Stuffed tofu w meat |
|                   | Option 3   | Bò kho bánh mì<br>Stewed beef w bread                              | Bún gạo xào thập cẩm<br>Mixed rice noodles                 | Miến hàn quốc xào bò<br>Stir-fried vermicelli w beef       | Nui ý lát to thịt bò<br>Beef Lasagna                         | Bún thái hải sản<br>Noodles soup w seafood     |
|                   | Rice       | Cơm trắng<br>Steamed Rice  | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                    | Cơm trắng<br>Steamed Rice                      |
|                   | Soup       | Canh mồng tơi rau dền<br>tôm<br>Vietnamese spinach w dry<br>shrimp | Canh chua thịt gà<br>Sweet and sour chicken soup           | Canh khoai tây cà rốt<br>Potatoes and carrot soup          | Canh bí xanh thịt heo<br>Squash soup w pork                  | Canh cà chua trứng<br>Tomato egg soup          |
|                   | Vegetables | Rau muống xào<br>Sauteed vegetables                                | Rau cải xanh luộc<br>Boiled green vegetables               | Bắp cải luộc<br>Boiled cabbage                             | Đậu que luộc<br>Boiled green beans                           | Bông cải luộc<br>Steamed broccoli              |
|                   | Salad      | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                                    | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                              | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                |
| DESSERT           |            | Ôi<br>Guava  | Lê<br>Pear   | Đu đủ<br>Papaya  | Dưa hấu<br>watermelon  | Chuối<br>Banana                                |

\*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<br>24/5   | Thứ 3/Tue<br>25/5  | Thứ 4/Wed<br>26/5  | Thứ 5/Thu<br>27/5  | Thứ 6/Fri<br>28/5                                      |
|-------------------|-------------------|--|--|--|--|--|
| <b>SNACK (AM)</b> |                   | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free | Sữa tươi không đường<br>Vinamilk<br>Fresh milk sugar- free | Nước chanh<br>Lime juice                               |
|                   |                   | Bánh kẹp trứng<br>Egg sandwich                             | Bánh pancake phô mai<br>Cheese Pancake                     | Xôi mặn<br>Sticky rice with meat                           | Lê Hàn quốc<br>Pear  | Bánh quy lúa mạch<br>Cookies oatmeal                   |
| <b>Lunch</b>      | <b>Option 1</b>   | Má đùi gà rim<br>Grilled chicken thighs                    | Tôm sốt chua ngọt<br>Sweet and sour pawn                   | Thịt kho đậu hũ<br>Braised Tofu w pork                     | Cá basa nướng mỡ hành<br>Grilled fish w green onion sauce  | Đậu hũ non sốt thịt<br>Stir fried tofu w meat sauce    |
|                   | <b>Option 2</b>   | Trứng cuộn thịt<br>Meat omelet                             | Heo nướng mật ong<br>Roasted pork                          | Cà ry tôm<br>Shrimp curry                                  | Gà hầm rau củ bánh mì<br>Stewed chicken w bread            | Cánh gà nướng bbq<br>Grilled chicken wings w bbq sauce |
|                   | <b>Option 3</b>   | Pita cá<br>Fish pita                                       | Nui ý sốt bò<br>Pasta w beef sauce                         | Bún thịt xào thịt heo<br>Rice noodles w pork               | Bánh gạo xào kim chi ba rọi<br>Tokpokki w pork             | Bún bò Huế<br>Beef noodles soup                        |
|                   | <b>Rice</b>       | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  | Cơm trắng<br>Steamed Rice                                  | Cơm trắng<br>Steamed Rice                              |
|                   | <b>Soup</b>       | Canh cải xanh thịt bò<br>Green mustard soup w beef         | Canh Bí đỏ thịt gà<br>Pumpkin soup with minced chicken     | Canh khoai tây cà rốt<br>Potatoes and carrot soup          | Canh bí xanh tôm<br>Squash soup w shrimp                   | Canh cà chua trứng<br>Tomato egg soup                  |
|                   | <b>Vegetables</b> | Đậu que luộc<br>Steamed green bean                         | Su Su hấp<br>Steamed vegetables                            | Rau dền luộc<br>Boiled amaranth                            | Rau xào cải thìa xào<br>Sautéed bob choy                   | Cải thảo luộc<br>Boiled cabbages                       |
|                   | <b>Salad</b>      | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                            | Quầy salad tự chọn<br>Salad bar                        |
| <b>DESSERT</b>    |                   | Ôi<br>Guava  | Lê<br>Pear   | Đu đủ<br>Papaya  | Dưa hấu<br>watermelon                                      | Chuối<br>Banana  |

\*Subject to availability/ Thực đơn có thể thay đổi

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

