

PRIMARY (Y1 –Y3)		Thứ 2 /Mon 4/11	Thứ 3/Tue 5/11	Thứ 4/Wed 6/11	Thứ 5/Thu 7/11	Thứ 6/Fri 8/11
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
		Nho Mĩ Grapes	Bánh mì kẹp trứng Egg sandwich	Xoài Mango	Bánh kếp Plain pancake	Lê Hàn quốc Pear
Lunch	Option 1	Bò nấu nấm Slow cooked Beef w mushroom	Cá thu sốt xì dầu Mackerel w soya sauce	Cà ry tôm kiểu Thái Green curry w shrimp	Thịt gà kho trứng Braised chicken w egg	Gà nướng kiểu philippin Filipino chicken BBQ
	Option 2	Bánh taco thịt gà Taco with chicken	Miến xào thịt bò kiểu hàn Stir fried class noodle w beef	Nui nướng thịt gà Chicken penne tomato cream sauce	Bánh kẹp xúc xích sốt thịt bò Cheese dog	Bún bò huế Beef 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 cải dùm tôm Vietnamese spinach w shrimp	Canh khoai tây cà rốt thịt bò Potato,carrot soup w beef	Canh rau dền tôm khô Vietnamese spinach w dry shrimp	Canh khoai mỡ thịt gà Winged yam soup with minced chicken	Canh cải xanh tôm Mustard greens soup w shrimp
	Vegetables	Đậu đũa xào Stir fried long beans	Rau củ luộc Boiled vegetables	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Rau cải dùm xào Sautéed	Rau củ luộc Boiled vegetables
DESSERT		Cam Orange	Sữa chua Yogurt	Dưa hấu watermelon	Dưa lưới Melon	Chuối Banana

*Subject to availability

*Thực đơn có thể thay đổi



PRIMARY (Y1 –Y3)		Thứ 2 /Mon 11/11	Thứ 3/Tue 12/11	Thứ 4/Wed 13/11	Thứ 5/Thu 14/11	Thứ 6/Fri 15/11
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
		Nho Mĩ Grapes	Bánh mì kẹp trứng Egg sandwich	Gà viên chiên Chicken nugget	Chuối cau Banana	Bánh mì dừa Coconut bread
Lunch	Option 1	Đậu hũ nhồi thịt bò sốt cà Stuffed tofu w beef	Bò nấu bánh mì Braised beef w bread	Gà đùi pile nướng Grilled Chicken fille	Cá diêu hồng chiên nước mắm Fried red tilapia fish	Mực xào hành Stir fried squid w onion
	Option 2	Mì xào tôm Stir fried noodles w shrimp	Cá basa chiên bột Bread crumb catfish	Bò lúc lắc khoai tây nướng Stir fried beef w potato	Nui ý sốt bò Penne w beef sauce	Phở gà Chicken 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 rau dền tôm khô Vietnamese spinach w dry shrimp	Canh Bí đỏ thịt gà Pumpkin soup with minced chicken	Canh cà chua trứng Egg tomato soup	Canh khoai tây cà rốt thịt gà Potatoes and carrot soup chicken	Canh cải thảo thịt bò Cabbage beef soup
	Vegetables	Bắp cải xào Sautéed cabbage	Rau củ luộc Boiled vegetables	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Rau củ luộc Boiled vegetables	Bông cải xào Sautéed broccoli and cauliflower
DESSERT		Thanh long Dragon fruit	Táo xanh Green apple	Sữa chua Yogurt	Dưa hấu watermelon	Chuối Banana

*Subject to availability

*Thực đơn có thể thay đổi



PRIMARY (Y1 –Y3)		Thứ 2 /Mon 18/11	Thứ 3/Tue 19/11	Thứ 4/Wed 20/11	Thứ 5/Thu 21/11	Thứ 6/Fri 22/11
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 gà nướng sốt cà Grilled chicken Sausage w tomato salsa	Dưa hấu Water melon	Bánh mì ham gà Ham sandwich (chicken)	Bắp xào Stir fried corn
Lunch	Option 1	Cá chẽm kho Caramel Sea bas	Tôm rim Stir fried shrimp	Cá basa sốt cà Fried catfish w tomato sauce	Xúc xích bò nấu đậu Braised sausage w beans	Thịt gà chiên bột xù Pan- fried breadcrumb chicken
	Option 2	Hủ tiếu xào kiểu Thái Pad Thai	Mì ý sốt thịt bò Pasta w Bolognese sauce	Bánh kẹp thịt bò sốt BBQ BBQ beef sandwich	Bún thịt bò xào Rice noodle w beef	Mì ramen bò Beef Ramen
	Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice
	Soup	Canh cải xanh thịt bò Mustard greens soup w beef	Canh khoai mỡ thịt gà Winged yam soup with minced chicken	Canh cải thìa nấu tôm Bob choy soup w shrimp	Canh chua đậu hũ Sweet & sour soup with tofu	Canh cải dún thịt gà Vietnamese spinach w chicken
	Vegetables	Rau luộc Boiled vegetables	Đậu que xào Sautéed green bean	Rau luộc Boiled vegetables	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Cải thảo luộc Boiled cabbages
DESSERT		Dưa hấu Watermelon	Sữa chua Yogurt	Cam Orange	Đu đủ Papaya	Chuối Banana

*Subject to availability

*Thực đơn có thể thay đổi



PRIMARY (Y1 –Y3)		Thứ 2 /Mon 25/11	Thứ 3/Tue 26/11	Thứ 4/Wed 27/11	Thứ 5/Thu 28/11	Thứ 6/Fri 29/11
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
		Lê Hàn quốc Pear	Bánh xốp vani Muffin	Xôi mặn Sticky rice with meat	Bánh kẹp chuối mứt cam Banana Jam sandwich	Nho Mĩ Grapes
Lunch	Option 1	Đùi gà nướng mật ong Grilled chicken thigh	Cá lóc kho tiêu Braised fish	Chả cá chiên sốt cam Fish cake w orange sauce	Trứng chiên thịt bò Meat omelet (beef)	Thịt bò hầm rau củ Stewed beef
	Option 2	Mì xào thịt bò Sautéed noodles w beef	Bò kho bánh mì Braised beef w bread	Mì ý thịt gà sốt kem Spaghetti carbonara w chicken	Cơm gà hải nam Steamed chicken	Bánh canh thập cẩm Vietnamese Banh Canh
	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 tôm Vietnamese spinach w dry shrimp	Canh Bí đỏ thịt bò Pumpkin soup with minced beef	Canh khoai tây cà rốt Potatoes and carrot soup	Canh bí xanh tôm Squash soup w shrimp	Canh hẹ đậu hũ Chiver and tofu soup
	Vegetables	Cải thìa luộc Boiled Bok-choy	Đậu que xào Stir fried green beans	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Đậu đũa xào Stir fried long beans	Đậu đũa xào Stir fried long beans
DESSERT		Ổi Guava	Lê Pear	Đu đủ Papaya	Dưa hấu watermelon	Chuối Banana

*Subject to availability

*Thực đơn có thể thay đổi

