

SECONDARY (Y7-Y13)		Thứ 2 /Mon 6/1	Thứ 3/Tue 7/1	Thứ 4/Wed 8/1	Thứ 5/Thu 9/1	Thứ 6/Fri 10/1
Lunch	Option 1	Gà xốc xì dầu Stir fried chicken w dark soy sauce	Cá kho cà Baised fish w tomato	Cánh gà chiên nước mắm Chicken wings with fish sauce	Thịt gà kho trứng Braised chicken w egg	Bò xào bông cải Sauteed beef w broccoli
	Option 2	Vịt kho gừng Stir fried duck with ginger	Ức gà nhồi phô mai ,bó xôi Stuffed chicken w cheese and spinach	Cà ry tôm kiểu Thái Green curry w shrimp	Cá basa sốt chua ngọt Fried fish w sweet& sour sauce	Gà chua ngọt Sweet and sour chicken
	Option 3	Miến xào thịt bò kiểu hàn Stir fried class noodle w beef	Bánh kẹp bò Beef burger	Nui nướng xúc xích gà Baked penne w sausage	Bánh kẹp thịt viên Meat balls sub –beef	Hủ tiếu hải sản Noodles soup w seafood
	Option 4	Cá basa chiên xả Catfish fish w lemongrass	Đậu hũ sốt thịt bò Braised tofu and beef	Cá diêu hồng chiên Fried red talapia	Chả cá kho thơm Stir fried basa fish cake W pineapple	Bánh kẹp ham trứng(ham gà) Deli sub
	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
	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		Cam Orange	Sữa chua Yogurt	Dưa hấu watermelon	Dưa gang Watermelon	Chuối Banana

* Subject to availability/ Thực đơn có thể thay đổi

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



SECONDARY (Y7-Y13)		Thứ 2 /Mon 13/1	Thứ 3/Tue 14/1	Thứ 4/Wed 15/1	Thứ 5/Thu 16/1	Thứ 6/Fri 17/1
Lunch	Option 1	Trứng cuộn dăm bông gà,phô mai Omelette w cheese and ham	Cá basa chiên bột Bread crumb catfish	Đậu hũ kho trứng cút Braised tofu w quail eegs	Gà xối mỡ Fried chicken	Bánh cuộn thịt bò Beef buritto
	Option 2	Mực xào hành Stir fried squid w onion	Gà nấu cà rốt Braised chicken w carrot	Gà nướng sốt BBQ Chicken with bbq sauce	Cá basa tiêu Caramel fish	Gà chiên xóc tỏi Stir fried chicken w garlich
	Option 3	Nui xào bò Stir fried beef w macoroni	Mì trứng xào hải sản Stir fried noodles w sea food	Bánh kẹp ham cheese Ham cheese sandwich	Mì ý lát to sốt bò Beef lasagna	Bún thái Thái noodles soup w sea food
	Option 4	Gà nướng sốt kem Grilled chicken w tomato cream sauce	Gà rô ti Chicken rotties	Bò hầm rau củ Stewed beef	Gà xào kiểu thái Spicy chicken	Đậu hũ chua ngọt Sweet & sour tofu
	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
	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		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

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



SECONDARY (Y7-Y13)		Thứ 2 /Mon 20/1	Thứ 3/Tue 21/1	Thứ 4/Wed 5/2	Thứ 5/Thu 6/2	Thứ 6/Fri 7/2
Lunch	Option 1	Gà nướng sốt hàn quốc Roasted chicken w Korean spice	Tôm xóc tỏi Stir fried shrimp w garlic	Cá basa sốt cà Fried catfish w tomato sauce	Gà kho trứng Stir fried chicken w egg	Thịt gà chiên bột xù sốt teriyaki Breadcrumb chicken w teriyaki sauce
	Option 2	Cá chẻm sốt thơm Seabas w pineapple sauce	Gà xào xả ớt Stir fried chicken lemongrass	Gà nướng kiểu trung đông Baked chicken thigh	Xúc xích nấu đậu Braised sausage w beans	Bánh mì đen kẹp ham bò Pastrami on rye
	Option 3	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 tươi bò xào Rice noodle w beef	Bún bò huế Beef noodles soup
	Option	Đậu hũ chiên xả Tofu w lemon grass	Cá thu Nhật nướng Grilled Mackerel	Mực xào dưa cà Stir fried calamari w tomato and cucumber	Sốt bò khoai tây nướng Beef shepper'pie	Đậu hũ kho thịt gà Braised tofu 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 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 dím 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
	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	Sữa chua Yogurt	Cam Orange	Đu đủ Papaya	Chuối Banana

* Subject to availability/ Thực đơn có thể thay đổi

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

