

PRIMARY (Y4 –Y6)		Thứ 2 /Mon 5/11	Thứ 3/Tue 6/11	Thứ 4/Wed 7/11	Thứ 5/Thu 8/11	Thứ 6/Fri 9/11
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	Thịt heo kho Braised pork	Gà nướng phô mai kiểu Hàn Grilled chicken w cheese	Cánh gà chiên nước Chicken wings with	Thịt kho trứng Braised pork w egg	Cá chiên khoai tây nướng Fish finger w roast potato
	Option 2	Vịt nướng sốt mận Roasted duck with plum sauce	Thịt viên nướng Grilled pork cake	Cá basa kho tiêu Braised saba fish	Bánh kẹp thịt viên phô mai Meat ball sub	Thịt bò xào lúc lắc Stir fried beef w bell peppers
	Option 3	Bánh taco thịt gà Taco with chicken	Bánh mì kẹp ham Ham sandwich	Cơm chiên hải sản Fried rice w seafood	Mì xào thịt bò Stir fried noodles w beef	Hủ tiếu hải sản sườn Noodles soup w seafood and pork
	Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice
	Soup	Canh cải dím thịt xay Vietnamese spinach w pork	Canh khoai tây cà rốt Potatoes and carrot soup	Canh cua rau đay Minced crab w jute leaf soup	Canh khoai mỡ thịt heo Winged yam soup with minced pork	Canh đậu hủ hẹ Tofu chives soup
	Vegetables	Đậu đũa xào Stir fried long beans	Rau củ luộc Boiled vegetables	Rau muống xào tỏi Water inach 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	Quầy salad tự chọn Salad bar
DESSERT		Sữa chua Yogurt	Chuối Banana	Thanh long Dragon fruit	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 12/11	Thứ 3/Tue 13/11	Thứ 4/Wed 14/11	Thứ 5/Thu 15/11	Thứ 6/Fri 16/11
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 ép dưa hấu Watermelon juice
		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 sốt cà Stuffed tofu w tomato sauce	Cá thu chiên sốt me Mackerel fish w tamarind sauce	Sườn colet nướng Grilled pork chops	Bò sốt vang Stewed beef	Thịt ba rọi nướng kiểu hàn Grilled pork w Korean spices
	Option 2	Sườn non ram me Caramel pork rib w tamarind	Cánh gà nướng sốt bbq BBQ chicken wings	Chả trứng thịt Vietnamese pork cake	Chả cá kho thơm Stir fried fish cake w pineapple	Mực xào hành Stir fried squid w onion
	Option 3	Mì sốt carbonara Carbonara pasta w bacon	Bún chả hà nội Rice noodles w meat balls	Bò kho bánh mì Braised beef w bread	Bánh kẹp thịt gà Chicken sandwich	Phở bò Noodles soup w beef
	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 nấu tôm khô Mustard greens soup	Canh Bí đỏ thịt xay Pumpkin soup with minced pork	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 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		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 19/11	Thứ 3/Tue 20/11	Thứ 4/Wed 21/11	Thứ 5/Thu 22/11	Thứ 6/Fri 23/11
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 nướng sốt cà Grilled Sausage W Spicy tomato salsa	Dưa hấu Water melon	Bánh mì chà bông Pork floss in bun	Bắp nướng Grilled corn on the cop
Lunch	Option 1	Gà nướng sốt teriyaki Roasted chicken w teriyaki	Thịt heo sốt chua ngọt Sweet and sour pork	Cá áp chảo sốt chanh dây Pan fried fish w passion fruit sauce	Gà kho trứng cút Stir fried chicken w quail egg	Thịt heo chiên bột xù Pan- fried breadcrumb pork chop
	Option 2	Thịt heo xào hành Stir fried pork w onion	Cá basa chiên xả Fried catfish w lemongrass	Sườn nướng sốt BBQ BBQ pork ribs	Thịt heo sốt nước mắm Pork w fish sauce	Bánh mì đen kẹp ham bò Pastrami on rye
	Option 3	Nui ý thịt viên Penne w meat balls	Bánh kẹp thịt bò trứng Beef and egg sandwich	Bún gạo xào thập cẩm Mixed rice noodles	Nui xào bò Vietnamese pasta w beef	Bún riêu Noodles soup w mince crab
	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 Mustard greens soup	Canh khoai mỡ thịt heo Winged yam soup with minced pork	Canh cải xoong nấu thịt Water-cress soup W pork	Canh chua đậu hũ Sweet & sour soup with tofu	Canh cải dím thịt xay Vietnamese spinach w pork tofu
	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 +roasted sweet corn	Quầy salad tự chọn Salad bar +red slaw	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 26/11	Thứ 3/Tue 27/11	Thứ 4/Wed 28/11	Thứ 5/Thu 29/11	Thứ 6/Fri 30/11
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 quy ngũ cốc Oatmeal cookies	Xôi mặn Sticky rice with meat	Chuối Banana	Nho Mĩ Grapes
Lunch	Option 1	Cá lóc chiên bột xù Fried Breadcrumb fish	Hải sản xào rau Stir fried seafood w Vegetables	Chả cá chiên sốt cam Fish cake w orange sauce	Trứng chiên thịt Meat omelet	Bánh pie thịt bò Beef shepherd' pie
	Option 2	Thịt kho đậu hũ Braised pork w tofu	Bò sốt tiêu Beef w pepper sauce	Gà hầm rau củ bánh mì Stewed chicken w bread	Sườn non rim chua ngọt Sweet and sour pork ribs	Thịt heo quay Roasted pork
	Option 3	Cơm gà Hải Nam Steamed chicken w rice	Bánh cuộn thịt heo Pork burrito	Mực nhồi thịt sốt cà Stuffed squid w tomato sauce	Nui ý lát to sốt thịt , phô mai nướng Beef lasagna	Bánh canh tôm thịt Rice noodles soup w pork and shrimp
	Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice	Cơm trắng Steamed Rice
	Soup	Canh cải thảo thịt viên Cabbage meat ball soup	Canh Bí đỏ thịt xay Pumpkin soup with minced pork	Canh khoai tây cà rốt Potatoes and carrot soup	Canh cải dím thịt xay Vietnamese spinach w pork	Canh bí xanh nấu tôm Squash soup w shrimp
	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
	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		Ôi Guava	Chuối Banana	Đu đủ Papaya	Dưa hấu watermelon	Sữa chua Yogurt

*Subject to availability/ Thực đơn có thể thay đổi

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

