SCHOOL MENU | Y1 - Y3 MENU

1		Thứ 2 /Mon 02/11	Thứ 3/Tue 03/11	Thứ 4/Wed 04/11	Thứ 5/Thu 05/11	Thứ 6/Fri 06/11
PRIMARY SNACK		Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Nước dưa hấu *Watermelon juice*
		Trái cây *Fruit*	Bánh brownie *Brownie*	Bánh quy lúa mạch *Oatmeal cookie*	Trái cây *Fruit*	Bánh su kem *Cream puff*
Lunch	**Option 1**	Cá basa sốt teriyaki *Stir-fried fish w Teriyaki sauce*	Thịt heo khoai tây kho nước tương *Braised pork w potatoes & soy sauce*	Gà kho gừng *Braised chicken w ginger*	Đậu hũ thịt viên sốt cà *Tofu & meatballs in tomato sauces*	Gà nướng sốt hành *Grilled chicken w onion sauce*
	Option 2	Mì xào ham nấm *Noodles w ham and mushroom*	Nui sốt bò *Pasta w beef sauce*	Bánh thịt bò khoai tây *Pastel de Papas*	Cơm chiên thập cẩm *Mixed fried rice*	Bánh canh tôm thịt *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 lagim thịt heo *Mixed soup w pork*	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 tofu soup*	Canh cà chua trứng *Tomato egg soup*
	Vegetables	Cải thìa luộc *Boiled bok choy*	Cải ngọt xào *Stir-fried choy sum*	Su su luộc *Boiled chayote*	Su hào xào *Stir-fried kohlrabi*	Cải thảo luộc *Boiled napa cabbage*
DESSERT		Dưa hấu *Watermelon*	Đu đủ *Papaya*	Thanh long *Dragon fruit*	Dưa lưới *Melon*	Chuối *Banana*

ALLERGEN ICON

Dairy (Chế phẩm Sữa)	Gluten (Lúa Mì)
Sesame (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 | Y1 - Y3 MENU

2		Thứ 2/ Mon 09/11	Thứ 3/ Tue 10/11	Thứ 4/ Wed 11/11	Thứ 5/ Thu 12/11	Thứ 6/ Fri 13/11
PRIMARY SNACK		Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Nước chanh *Lime juice*
		Bánh bao Thọ Phát *Steamed meat bun*	Trái cây *Fruit*	Bánh flan *Flan*	Trái cây *Fruit*	Bánh muffin thơm *Pineapple muffin*
Lunch	**Option 1**	Gà hấp sốt Thái *Steamed chicken w mild Thai sauce*	Trứng cuộn giăm bông *Rolled egg w ham*	Ức gà xào nước tương *Stir-fried chicken w soy sauce*	Cá basa chiên sốt cà *Fried fish w tomato sauce*	Thịt bò xào bí ngòi *Stir-fried beef w zucchini*
	Option 2	Hủ tiếu mềm thập cẩm *Mixed soft noodle soup*	Bánh mì xíu mại *Bread w Vietnamese meatballs*	Nui xoắn xào tôm *Butter garlic pasta w shrimp*	Mì tương đen thịt heo *Pork noodles w black bean sauce*	Mì hoành thánh *Wonton 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 cà chua trứng *Tomato egg soup*	Canh bầu nấu tôm *Squash soup w shrimp*	Canh chua chả cá *Sweet and sour soup w fish cake*	Canh mướp nấm đậu hũ *Luffa and mushroom tofu soup*	Canh bí xanh thịt bò *Beef and squash soup*
	Vegetables	Su hào xào *Stir-fried kohlrabi*	Cải ngọt xào *Stir-fried choy sum*	Cải thảo luộc *Boiled napa cabbage*	Rau muống xào tỏi *Stir-fried water spinach w garlic*	Bắp cải xào *Stir-fried cabbage*
DESSERT		Thanh long *Dragon fruit*	Dưa hấu *Watermelon*	Chuối *Banana*	Mận An Phước *Water apple*	Đu đủ *Papaya*

ALLERGEN ICON

Dairy (Chế phẩm Sữa)	Gluten (Lúa Mì)
Sesame (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 | Y1 - Y3 MENU

3		Thứ 2 /Mon 16/11	Thứ 3/Tue 17/11	Thứ 4/Wed 18/11	Thứ 5/Thu 19/11	Thứ 6/Fri 20/11
PRIMARY SNACK		Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Nước chanh *Lime juice*
		Trái cây *Fruit*	Cơm tam giác thịt gà *Chicken Onigiri*	Xôi trứng *Sticky rice w egg*	Trái cây *Fruit*	Bánh mì kẹp trứng *Egg sandwich*
Lunch	**Option 1**	Thịt heo xay nấu khoai tây *Braised minced pork w potato*	Trứng hấp lạp xưởng *Steamed egg w Chinese sausage*	Thịt kho trứng *Braised pork w egg*	Tôm xào ớt chuông *Stir-fried shrimp w bell peppers*	Cá sốt chua ngọt *Fish w sweet & sour sauce*
	Option 2	Mì xào thịt gà *Stir fried noodle w chicken*	Bún chả giò *Vermicelli w fried spring rolls*	Bánh mì bò sốt phô mai *Beef and cheese sloppy joe*	Cơm chiên xúc xích trứng *Fried rice w sausage and egg*	Mì Quảng gà *Quang noodles soup 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 đu đủ thịt heo *Papaya soup w pork*	Canh cà chua trứng *Tomato egg soup*	Canh cải xanh thịt bò *Mustard greens soup w beef*	Canh bó xôi thịt gà *Spinach soup w chicken*	Canh bí đỏ *Pumpkin soup*
	Vegetables	Cải ngọt xào *Stir-fried choy sum*	Bắp cải xào *Stir-fried cabbage*	Su su luộc *Boiled chayote*	Đậu que luộc *Boiled green bean*	Cải thìa luộc *Boiled bok choy*
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 Mì)
Sesame (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 | Y1 - Y3 MENU

4		Thứ 2 /Mon 23/11	Thứ 3/Tue 24/11	Thứ 4/Wed 25/11	Thứ 5/Thu 26/11	Thứ 6/Fri 27/11 International Day
PRIMARY SNACK		Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	HOLIDAY	Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Sữa tươi không đường Vinamilk *Unsweetened fresh milk*	Nước dưa hấu *Watermelon juice*
		Trái cây *Fruit*		Bánh quy lúa mạch *Oatmeal cookie*	Trái cây *Fruit*	Bánh su kem *Cream puff*
Lunch	**Option 1**	Cá basa kho *Braised basa fish*		Tôm xào dưa cà *Stir-fried shrimp w vegetables*	Đậu hũ sốt thịt *Braised tofu w meat sauce*	Thịt heo nấu kèm khoai tây *Nyama choma pork*
	Option 2	Mì xào ham nấm *Noodles w ham and mushroom*		Bánh gạo Hàn Quốc xúc xích Topokki w sausage	Bún mọc thịt heo *Noodles soup w meat*	Cơm đỏ cá chiên *Jollof Rice w Fish*
	Rice	Cơm trắng *Steamed rice*		Cơm trắng *Steamed rice*	Cơm trắng *Steamed rice*	Cơm đậu đỏ *Steamed rice w red beans*
	Soup	Canh lagim thịt heo *Mixed soup w pork*		Canh chua chả cá *Sweet & sour soup w fish cake*	Canh rong biển đậu hũ *Seaweed tofu soup*	Canh cà chua trứng *Tomato egg soup*
	Vegetables	Cải thìa luộc *Boiled bok choy*		Su su luộc *Boiled chayote*	Su hào xào *Stir-fried kohlrabi*	Cải thảo luộc *Boiled napa cabbage*
DESSERT		Dưa hấu *Watermelon*		Thanh long *Dragon fruit*	Dưa lưới *Melon*	Chuối *Banana*

ALLERGEN ICON

Dairy (Chế phẩm Sữa)	Gluten (Lúa Mì)
Sesame (Hạt Mè)	Soy Bean (Đậu Nành)
Fish (Các Loại Cá)	Egg (Trứng)
Beef (Thịt Bò)	Chicken (Thịt Gà)
Seafood (Hải Sản)	Pork (Thịt Heo)







