

OCTOBER MENU

PRIMARY AND HIGH SCHOOL | TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 1 : 03 Oct - 07 Oct

WEEK 1 / TUẦN 1		MONDAY-THỨ 2	TUESDAY-THỨ 3	WEDNESDAY-THỨ 4	THURSDAY-THỨ 5	FRIDAY-THỨ 6
DATE/ NGÀY		03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022
BREAKFAST Bữa sáng	Choice 1 Lựa chọn 1	Beef-ball Noodle Soup	Chicken bamboo shoot vermicelli	Nha Trang Fish Noodle	Udon noodle Soup	Fresh-water Crab soup
		Hủ Tiếu bò viên	Miến măng gà	Bún cá Nha Trang	Mì udon	Bún riêu cua
	Choice 2 Lựa chọn 2	VietNam Pyramidal rice dumpling	ABC Bread	Char Chiu sticky rice	Macaroni sauteed egg butter	Singapore Stir-fried noodles
		Bánh Giò	Bánh mì thịt ABC	Xôi xá xíu	Nui xào bơ trứng	Mì xào Singapore
DRINK Đồ uống		Fresh Milk	Fresh Milk	Fresh Milk	Fresh Milk	Fresh Milk
		Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi
LUNCH Bữa Trưa	MAIN DISHES 1 Món chính 1	Braised Pork w/ Pepper	Grilled pork ribs w/ honey sauce	Grilled pork w/ lemongrass	Beef rattles	Sampa chicken fried rice
		Thịt kho tiêu	Sườn non sốt mật ong	Thịt chiên sả	Bò lúc lắc	Cơm chiên gà sampa
	MAIN DISHES 2 Món chính 2	Beef sauteed onion	Crunchy Fillet Red tilapia + orange sauce	Pasta Bolognese + Sausage	Fried breaded pork w/ Tartare sauce	Grilled Cutlet Rib + Opla
		Bò xào hành cần	Fillet cá diêu hồng chiên sốt cam	Mì ý bò băm + Xúc xích	Heo chiên bột & sốt Tartare	Sườn cốt lết nướng+ốp la
	VEGETABLE DISHES/ Món rau	Stir-fried sweet cabbage	Boil water morning glory	Bok choy sauted oyster oil	Water morning glory sauted garlic	Chayote sauted with carot
		Cải ngọt xào	Rau muống luộc	Cải thìa xào dầu hào	Rau muống xào tỏi	Susu xào cà rốt
	SALAD Món rau	Vinegar oil Salad	Sesame sauce Salad	Russian Salad	Salad boiled-egg	Vocado Salad
		Salad dầu giấm	Salad sốt mè	Salad nga	Salad trứng	Salad bơ
	VIETNAMESE SOUP/ Canh	Melon Soup	Papaya Soup	Shrimp and gourd soup	Jute and crab soup	Seaweed whit tofu soup
		Canh bí xanh	Canh đu đủ thịt băm	Canh bầu nấu tôm	Canh rau đay nấu cua	Canh rong biển đậu hủ
	VEGETERIAN Món chay	Daily vegan dish	Daily vegan dish	Daily vegan dish	Daily vegan dish	Daily vegan dish
		Món chay theo ngày	Món chay theo ngày	Món chay theo ngày	Món chay theo ngày	Món chay theo ngày
	DESSERT Tráng miệng	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit
		Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi
PM SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Sausage Bread	French Stick Bread	Flan cake	Mixed noodle with garlic & butter	Fried shrimp-ball
		Bánh mì Xúc xích đặc biệt	Bánh mì que	Bánh Flan	Mì trộn bơ tỏi	Tôm viên chiên
	DRINK Đồ uống	Orange Juice	Probiotic Milk	Fruit-Milk	Vinamilk yogurt	Fruit-Milk
		Nước ép Cam	Sữa Probi	Sữa trái cây	Sữa chua Vinamilk	Sữa trái cây

OCTOBER MENU

PRIMARY AND HIGH SCHOOL | TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 2 : 10 Oct - 14 Oct

WEEK 2 / TUẦN 2		MONDAY-THỨ 2	TUESDAY-THỨ 3	WEDNESDAY-THỨ 4	THURSDAY-THỨ 5	FRIDAY-THỨ 6	
DATE/ NGÀY		10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	
BREAKFAST Bữa sáng	Choice 1 Lựa chọn 1	Vermicelly soup	Thái noodle style	Quang Style Noolde	Braised Beef Noolde	Herbal Meat-ball Noodle	
		Bún thang	Bún Thái	Mì Quảng sườn	Hủ tiếu Bò Kho	Bún mọc	
	Choice 2 Lựa chọn 2	Sticky rice with Sausage	Egg Sandwich	Stir-Fried beef noodle with onion	Bimbimkuksu	Ham-cheese Hamburger	
		Xôi lạp xương	Sandwich trứng	Bún bò xào củ hành	Mì trộn hàn quốc	Ham-bơ-gơ thịt nguội-phô mai	
DRINK Đồ uống		Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	
		Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	
LUNCH Bữa Trưa	MAIN DISHES 1 Món chính 1	Pork stock radish	Sweet & sour stir-fried pork chops	Crunchy Fillet Red tilapia w/ Passion-fruit Sauce	Lemongrass stir-fried pork	Grilled chicken w/ Terriyaki sauce	
		Ba rọi kho củ cải	Sườn heo chua ngọt	Fillet cá diêu hồng chiên sốt chanh dây	Thịt heo xào sả	Gà nướng sốt Terriyaki	
	MAIN DISHES 2 Món chính 2	Fish-ball w/ tomato sauce	Stir-fried shrimp with salted-egg	Stewed beef w/ bean + fresh bread	Cutlet grilled and opla	Deep frieds Squid and Cocktail sauce	
		Cá viên sốt cà	Tôm hoàng kim	Bò nấu đậu + bánh mì	Cốt lết ram+opla	Mực chiên & sốt Cocktail	
	VEGETABLE DISHES/ Món rau	Cabbage sauted	Water morning glory sauted garlic	Gourd sauted oyster	Chayote sauted with carot	Bok choy boiled	
		Bắp cải xào	Rau muống xào tỏi	Bầu xào dầu hào	Susu xào cà rốt	Cải thìa xào	
	SALAD Món rau	Vinegar oil Salad	Sesame sauce Salad	Russian Salad	Salad boiled-egg	Vocado Salad	
		Salad dầu giấm	Salad sốt mè	Salad nga	Salad trứng	Salad bơ	
	VIETNAMESE SOUP/ Canh	Vietnamese pumpkin soup	Mustard cabbage soup	Ribs Soup w/ Potatoes and Carrots	Yams and shrimp soup	Spinach and meat soup	
		Canh bí đỏ nấu thịt	Canh chả cá cải bẹ xanh	Canh lagim sườn	Canh khoai mỡ nấu tôm	Canh cải bó xôi thịt băm	
	VEGETERIAN Món chay	Daily vegan dish	Daily vegan dish	Daily vegan dish	Daily vegan dish	Daily vegan dish	
		Món chay theo ngày	Món chay theo ngày	Món chay theo ngày	Món chay theo ngày	Món chay theo ngày	
	DESSERT Tráng miệng	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit	
		Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	
	PM SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Stir-fried butter corn with shrimp	"Gac" sticky rice	Fried seafood Mandu	Cheese Stick	Salted-Egg Rolled cake
			Bắp xào tôm-bơ	Xôi gấc	Bánh Mandu hải sản chiên	Phô mai que	Bánh bông lan trứng muối
DRINK Đồ uống		Peach Juice	Probiotic Milk	Fruit-Milk	Vinamilk yogurt	Fruit-Milk	
		Nước ép Đào	Sữa Probi	Sữa trái cây	Sữa chua Vinamilk	Sữa trái cây	

OCTOBER MENU

PRIMARY AND HIGH SCHOOL | TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 3 : 17 Oct - 21 Oct

WEEK 3 / TUẦN 3		MONDAY-THỨ 2	TUESDAY-THỨ 3	WEDNESDAY-THỨ 4	THURSDAY-THỨ 5	FRIDAY-THỨ 6	
DATE/ NGÀY		17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	
BREAKFAST Bữa sáng	Choice 1 Lựa chọn 1	Vietnamese Pork-feet rice noodle	Beef Ramen	Shrimp & Pork ground Woton	Hue style Beef noodle	Thailand style Noodle	
		Bánh canh bắp giò	Mì Ramen Bò	Hoàn thánh tôm thịt	Bún Bò Huế	Bún Thái	
	Choice 2 Lựa chọn 2	Spring roll noodle	Pâte Bread	Shrimp Groya	Thin rice pan cake and pork bologna	Roasted pork fine rice vermicelli	
		Bún chả giò	Bánh Mì pate chả	Sủi cào tôm	Bánh ướt chả lụa	Bánh hỏi heo quay	
DRINK Đồ uống		Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	
		Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	
LUNCH Bữa Trưa	MAIN DISHES 1 Món chính 1	Frieds drum stick w/ fish sauce	Crunchy Fillet Red tilapiaw/ tamarind fish sauce	Beef Curry w/ Sweet potato	Ketchup fish patties	Deep frieds Squid and Cocktail sauce	
		Đùi gà chiên nước mắm	Cá diêu hồng chiên mắm me	Cà ri bò nấu khoai lang	Chả cá Thu sốt cà	Mực chiên & sốt Cocktail	
	MAIN DISHES 2 Món chính 2	Stewed beef rib w/ teriyaki sauce	Meat-ball w/ sweet & sour sauce	Chicken nugget w/ Gochujang	Stir-fried pork w/ sauerkraut	Grilled ribs BBQ style	
		Dẻ sườn bò sốt teriyaki	Thịt viên sốt chua ngọt	Gà viên sốt Gochujang	Thịt heo xào cải chua	Sườn nướng BBQ	
	VEGETABLE DISHES/ Món rau	Bokchoy sauted mushroom	Choy sum sauted garlic	Brocoli & carot boiled	String bean sauted mushroom	Cabbage sauted	
		Cải thìa xào nấm hương	Cải ngồng xào	Bông cải, cà rốt luộc	Đậu que xào nấm	Bắp cải xào	
	SALAD Món rau	Vinegar oil Salad	Sesame sauce Salad	Russian Salad	Salad boiled-egg	Vocado Salad	
		Salad dầu giấm	Salad sốt mè	Salad nga	Salad trứng	Salad bơ	
	VIETNAMESE SOUP/ Canh	Loofah and crab soup	Chicken River-leaf Soup	Crown daisy and meat soup	Chinese cabbage soup	Papaya Soup with Pork-leg	
		Canh mướp, mồng tơi	Canh gà lá giang	Canh tần ô nấu thịt	Canh cải thảo thịt băm	Canh đu đủ giò heo	
	DESSERT Tráng miệng	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit	
		Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	
	PM SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	French fries & Grilled Sausage	Chocolate-Vanilla Choux	Fuji mount sponge cake	Fried buns	Floss Pork Sandwich
			Khoai tây kèm xúc xích chiên	Su kem Vani-Socola	Bánh Phú Sĩ	Bánh bao chiên	Bánh mì chà bông
DRINK Đồ uống		Grape Juice	Probiotic Milk	Fruit-Milk	Vinamilk yogurt	Fruit-Milk	
		Nước ép Nho	Sữa Probi	Sữa trái cây	Sữa chua Vinamilk	Sữa trái cây	

OCTOBER MENU

PRIMARY AND HIGH SCHOOL | TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 4 : 24 Oct - 28 Oct

WEEK 4 / TUẦN 4		MONDAY-THỨ 2	TUESDAY-THỨ 3	WEDNESDAY-THỨ 4	THURSDAY-THỨ 5	FRIDAY-THỨ 6
DATE/ NGÀY		24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022
BREAKFAST Bữa sáng	Choice 1 Lựa chọn 1	Beef Ramen	Hongkong rib noodles soup	Vietnamese Beef Noodle	Nam Vang Noodle	Vietnamese Pork-feet rice noodle
		Mì Ramen Bò	Mì sườn Hongkong	Phở Nạm Bò	Hủ tiếu Nam Vang	Bánh canh bắp giò
	Choice 2 Lựa chọn 2	Steamed wheat flour cake	Macaroni sauted w/ Jambong	Chicken Hamburger	Ha Noi style noodle	VietNam Pyramidal rice dumpling
		Bánh bao	Nui xào jambong	Hamburger Gà	Bún chả Hà Nội	Bánh Giò
DRINK Đồ uống		Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk
		Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi
LUNCH Bữa Trưa	MAIN DISHES 1 Món chính 1	Rolled Egg w/ ground pork	Stir-fried beef with Cove	Braised pork bologna w/ mushroom	Pork char-chiu w/ honey sauce	Beed fried rice w/ Kimchi
		Trứng chiên thịt băm	Bò xào đậu que	Chả lụa kho nấm rơm	Thịt xá xíu sốt mật ong	Cơm chiên bò kimchi
	MAIN DISHES 2 Món chính 2	Frieds chicken w/ lemon leaves	Cheesy-sauce Seafood lasagna	Stir-fried roasted pork	"Kinh Do" Ribs	Braised chicker with ginger
		Gà rang lá chanh	Nui ý hải sản sốt kem	Heo quay xào	Sườn Kinh Đô	Gà Kho gừng
	VEGETABLE DISHES/ Món rau	Cabbage sauted with oyster	Gourd sauted oyster	Boiled Amaranth	Chayote sauted with garlic	Boiled Sweet cabage
		Cải thảo xào dầu hào	Bầu xào dầu hào	Rau dền cơm luộc	Su su xào tỏi	Cải ngọt luộc
	SALAD Món rau	Vinegar oil Salad	Sesame sauce Salad	Russian Salad	Salad boiled-egg	Vocado Salad
		Salad dầu giấm	Salad sốt mè	Salad nga	Salad trứng	Salad bơ
	VIETNAMESE SOUP/ Canh	Chinese Lettuce Soup	Vietnamese sweet & sour shrimp soup	Taro soup	Cabbage soup	Tomato Soup w/ Egg
		Canh cải dún	Canh chua tôm rau muống	Canh khoai môn	Canh bắp cải	Canh mây
	DESSERT Tráng miệng	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit	Fresh Fruit
		Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi
PM SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Cheese Coated Fried Chicken Nugget	Strawberry Cake roll	Deep-fried wontons	Custard bun	Peach crepe
		Gà viên lắc phô mai	Bánh bông lan cuộn mít đậu	Hoành thánh chiên	Bánh bao ca dé	Bánh Crepe Đào
	DRINK Đồ uống	Apple Juice	Probiotic Milk	Fruit-Milk	Vinamilk yogurt	Fruit-Milk
		Nước ép Táo	Sữa Probi	Sữa trái cây	Sữa chua Vinamilk	Sữa trái cây

OCTOBER MENU

PRIMARY AND HIGH SCHOOL | TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 5 : 31 Oct

WEEK 4 / TUẦN 4		MONDAY-THỨ 2
DATE/ NGÀY		31/10/2022
BREAKFAST Bữa sáng	Choice 1 Lựa chọn 1	Beef-ball Noodle Hủ tiếu Bò viên
	Choice 2 Lựa chọn 2	Stir-fried udon noodles with egg Mì udon xào trứng
DRINK Đồ uống		Fresh Milk Sữa tươi
LUNCH Bữa Trưa	MAIN DISHES 1 Món chính 1	Crispy Fish Fillet w/ orange sauce Phi lê cá chiên giòn sốt cam
	MAIN DISHES 2 Món chính 2	Braised pork with tofu Thịt kho đậu hủ
	VEGETABLE DISHES/ Món rau	Stir-fried Mung Beans Sprouts Giá Hẹ Xào
	SALAD Món rau	Mixed Salad Salad hỗn hợp
	VIETNAMESE SOUP/ Canh	Purple yam soup Canh khoai mỡ
	DESSERT Tráng miệng	Fresh Fruit Trái cây tươi
PM SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Cheese Croissant Bánh cua phô mai
	DRINK Đồ uống	Orange Juice Nước ép Cam