

# OCTOBER MENU

## PRIMARY AND HIGH SCHOOL | TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 1: 02 OCT - 06 OCT

WEEK 1 / TUẦN 1		MONDAY-THỨ 2	TUESDAY-THỨ 3	WEDNESDAY-THỨ 4	THURSDAY-THỨ 5	FRIDAY-THỨ 6
DATE / NGÀY		02/10/2023	03/10/2023	04/10/2023	05/10/2023	06/10/2023
BREAKFAST Bữa sáng	Choice 1 Lựa chọn 1	Assorted meats with noodles	Beef noodles	Pork and meatloaf with macaroni	Chicken "Pho" noodles	Pork rib with yellow noodles
		Hủ tiếu thập cẩm	Bún bò Huế	Nui nấu mọc thịt heo băm	Phở gà	Mì trứng nấu thịt heo, sườn non
	Choice 2 Lựa chọn 2	Fine rice vermicelli noodles with grilled sausage and Vietnamese sausage	Assorted meats with egg noodles	Steamed pork dumpling	Grilled pork, deep-fried spring roll with vermicelli noodles	Jambon and cheese sandwich
		Bánh hỏi nem nướng chả lụa	Mì trứng xào tam tở	Bánh bao	Bún thịt nướng chả giò	Bánh mì sandwich jambon 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 DISH 1 Món chính 1	Stir fried seafood with sweet & sour sauce	Braised basa fish with spring onions	Stewed beef in wine sauce	Stewed pork with vegetable	Chinese sausage fried rice & Grilled chicken
		Hải sản xào chua ngọt	Cá basa kho hành	Bò sốt vang	Thịt heo hầm rau củ	Cơm chiên lạp xưởng và gà nướng
	MAIN DISH 2 Món chính 2	Chicken drumstick with honey sauce	Pork Omelette	Simmered shrimp and fish cake with coconut juice	Fried fish with lemongrass	Sauteed beef with macaroni
		Đùi gà ướp mật ong áp chảo	Trứng cuộn thịt băm	Tôm rim chả cá nước dừa	Cá phi lê chiên muối sả	Nui xào bò và trứng ốp la
	VEGETABLE DISHES Món rau	Steamed gourd	Steamed choy sum	Boiled green bean and carrot	Sauteed cabbage with mushroom	Boiled vegetable
		Bầu luộc	Cải ngọt luộc	Đậu cove cà rốt xào	Cải thảo xào nấm	Rau ăn kèm trong món ăn
	VIETNAMESE SOUP Canh	Cabbage soup	Clear winter melon soup	Clear spinach, sponge gourd soup	Yam soup	Seaweed and pork soup
		Canh cải thảo	Canh bí xanh nấu tôm	Canh mướp mỏng tở	Canh khoai mỡ	Canh rong biển nấu thịt băm
	SALAD Rau	Mayo Salad	Cocktail sauce salad	Mayo Salad	Cocktail sauce salad	Mayo Salad
		Salad Mayo	Salad Cocktail	Salad Mayo	Salad Cocktail	Salad Mayo
DESSERT Tráng miệng	Watermelon	Banana	Dragon fruit	Rockmelon	Flan cake	
	Dứa hấu	Chuối cau	Thanh long	Dứa lưởi	Bánh flan	
AFTERNOON SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Dimsum and shaomai	Assorted meats sticky rice	Mixed noodles with garlic and butter	Pork spaghetti	Custard Bread
		Há cảo và xíu mại hấp	Xôi mặn chà bông chả lụa	Mì trộn bơ tỏi	Mì Ý sốt cà	Bánh mì custard (Tous Les Jours)
	DRINK Đồ uống	Fruit juice	Yakult	Herbal tea	Yogurt	Brown rice tea
		Nước Vfresh	Sữa chua uống	Nước sâm	Sữa chua	Nước gạo lứt

# OCTOBER MENU

## PRIMARY AND HIGH SCHOOL | TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 2: 09 OCT - 13 OCT

WEEK 2 / TUẦN 2		MONDAY-THỨ 2	TUESDAY-THỨ 3	WEDNESDAY-THỨ 4	THURSDAY-THỨ 5	FRIDAY-THỨ 6
DATE / NGÀY		09/10/2023	10/10/2023	11/10/2023	12/10/2023	13/10/2023
BREAKFAST Bữa sáng	Choice 1 Lựa chọn 1	"Thai" noodles soup	Shrimp and Pork with glass noodles	Roast chicken with yellow noodles	Fish noodle soup	Beef "Pho" noodles
		Bún Thái	Miến nấu tôm thịt	Mì gà tiêm	Bánh canh nấu cá	Phở bò nạm
	Choice 2 Lựa chọn 2	Assorted meats sticky rice	Steamed rice cake	Grilled pork patties with vermicelli noodles	Sauteed assorted meats with macaroni	Broken rice with egg meatloaf
		Xôi gà nấm Đông cô	Bánh giò	Bún chả thịt	Nui xào thập cẩm	Cơm tấm chả trứng
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 DISH 1 Món chính 1	Braised Vietnamese sausage with egg	Beef stew with pate	Simmered shrimp and mushroom	Tofu and pork with Szechuan sauce	Fish nugget & steamed rice
		Chả lụa kho trứng	Bò nấu pate	Tôm rim nấm đùi gà	Đậu hũ thịt băm sốt Tứ Xuyên	Cá chiên xù sốt Tartar và cơm
	MAIN DISH 2 Món chính 2	Pan fried pork chop	Fried fish with sauce	Fried pork belly with sesame sauce	Grilled chicken with BBQ sauce	Spaghetti bolognese
		Cốt lết áp chảo	Cá phi lê sốt chua ngọt	Thịt heo ba rọi chiên mè với nước sốt	Gà nướng sốt BBQ	Mì Ý thịt băm xúc xích sốt bolognese
	VEGETABLE DISHES Món rau	Sauteed gourd	Sauteed cabbage	Sauteed cabbage and carrot	Boiled chayote	Sauteed green bean
		Bầu xào	Bắp cải xào	Cải thảo cà rốt xào	Su su luộc	Đậu cove xào
	VIETNAMESE SOUP Canh	Clear pumpkin soup	Clear bean sprouts, sponge gourd soup	Vegetable soup	Sweet & sour fish cake soup	Seaweed, pork soup
		Canh bí đỏ nấu tôm	Canh giá mướp	Canh lagim	Canh chua bạc hà, chả cá	Canh rong biển nấu thịt băm
	SALAD Rau	Mayo Salad	Cocktail sauce salad	Mayo Salad	Cocktail sauce salad	Mayo Salad
		Salad Mayo	Salad Cocktail	Salad Mayo	Salad Cocktail	Salad Mayo
	DESSERT Tráng miệng	Watermelon	Dragon fruit	Banana	Rockmelon	Pudding
		Dưa hấu	Thanh long	Chuối cau	Dưa lưới	Pudding
AFTERNOON SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Wonton soup	Tokbokki	Vietnamese sausage and pork floss with sandwich	Deep-fried beef ball, quail egg	Chocolate banana bread
		Súp hoành thánh	Tokbokki	Bánh mì sandwich kẹp chà bông chả lụa	Bò viên, trứng cút chiên	Bánh mì chuối socola (Tous Les Jours)
	DRINK Đồ uống	Yakult	Fruit juice	Herbal tea	Yogurt	Brown rice tea
		Sữa chua uống	Nước trái cây	Nước sâm	Sữa chua	Nước gạo lứt

# OCTOBER MENU

## PRIMARY AND HIGH SCHOOL | TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 3: 16 OCT - 20 OCT

WEEK 3 / TUẦN 3		MONDAY-THỨ 2	TUESDAY-THỨ 3	WEDNESDAY-THỨ 4	THURSDAY-THỨ 5	FRIDAY-THỨ 6	
DATE / NGÀY		16/10/2023	17/10/2023	18/10/2023	19/10/2023	20/10/2023	
BREAKFAST Bữa sáng	Choice 1 Lựa chọn 1	Seafood with macaroni	"Nam vang" noodles	Assorted "Quang" noodles	Meatloaf noodles	Beef "Pho" noodles	
		Nui nấu hải sản	Hủ tiếu Nam Vang	Mì Quảng gà	Bún mọc	Phở bò nạm	
	Choice 2 Lựa chọn 2	Steamed pork dumpling	Rice pancake with grilled sausage and Vietnamese sausage	Grilled pork, deep-fried spring roll with vermicelli noodles	Sauteed beef with macaroni	Meatball baguette	
		Bánh bao	Bánh ướt nem nướng chả lụa	Bún thịt áp chảo, chả giò	Nui xào tôm thịt	Bánh mì xù mại	
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 DISH 1 Món chính 1	Simmered shrimp and pork with coconut	Stewed beef and beans	Braised pork with radish	Braised fish cake with pineapple	Broken rice with pork and egg	
		Tôm rim thịt	Bò nấu đậu	Thịt heo kho củ cải trắng	Chả cá kho thơm	Cơm tấm Long Xuyên	
	MAIN DISH 2 Món chính 2	Roast chicken drumstick with sauce	Jambon Omelette	Deep-fried tilapia with tomato sauce	Deep-fried chicken	Assorted with rice noodles	
		Đùi gà sốt sapo	Trứng cuộn jambon	Cá diêu hồng chiên sốt cà	Gà chiên kiểu KFC	Hủ tiếu xào thập cẩm	
	VEGETABLE DISHES Món rau	Sauteed gourd	Sauteed cabbage	Sauteed bok choy	Sauteed chayote with carrot	Mixed vegetable	
		Bầu xào	Bắp cải xào	Cải thìa luộc	Su su, cà rốt xào	Rau ăn kèm trong món ăn	
	VIETNAMESE SOUP Canh	Clear choy sum soup	Spinach soup	Sweet & sour cabbage and tomato soup	Clear winter melon soup	Seaweed, pork soup	
		Canh cải ngọt	Canh rau dền, mồng tơi	Canh chua bắp cải nấu tôm	Canh bí xanh	Canh rong biển, thịt băm	
	SALAD Rau	Mayo Salad	Cocktail sauce salad	Mayo Salad	Cocktail sauce salad	Mayo Salad	
		Salad Mayo	Salad Cocktail	Salad Mayo	Salad Cocktail	Salad Mayo	
	DESSERT Tráng miệng	Watermelon	Papaya	Dragon fruit	Rockmelon	Banana	
		Dứa hấu	Đu đủ	Thanh long	Dứa lười	Chuối cau	
	AFTERNOON SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Assorted meats sticky rice	Assorted meats with egg noodles	Sweet Buns	Chicken and fat choy soup	Pork Floss Buns
			Xôi mặn	Mì trứng xào thập cẩm	Bánh Let Twist (Tiểu học) Bánh Happy Bread (Trung học)	Súp tóc tiên	Bánh mì chà bông (Tous Les Jours)
DRINK Đồ uống		Yakult	Yogurt	Herbal tea	Fruit juice	Winter Melon Water	
		Sữa chua uống	Sữa chua	Nước sâm	Nước trái cây	Nước bí đao	

# OCTOBER MENU

PRIMARY AND HIGH SCHOOL | TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 4: 23 OCT - 27 OCT

WEEK 4 / TUẦN 4		MONDAY-THỨ 2	TUESDAY-THỨ 3	WEDNESDAY-THỨ 4	THURSDAY-THỨ 5	FRIDAY-THỨ 6
DATE/ NGÀY		23/10/2023	24/10/2023	25/10/2023	26/10/2023	27/10/2023
BREAKFAST Bữa sáng	Choice 1 Lựa chọn 1	Pork, meatloaf with yellow noodles	Pork rib with glass noodles	Beef ball "Pho" noodles	"Thai" noodles soup	Shredded chicken, vegetables with rice
		Mì trứng nấu mọc thịt heo	Miến nấu thịt heo sườn non	Phở bò nạm bò viên	Bún Thái	Bún gạo nấu gà rau củ
	Choice 2 Lựa chọn 2	Fine rice vermicelli noodles with grilled sausage	"Tho Phat" sticky rice	Broken rice with pork	Steamed rice cake	Vietnamese sausage with rice paper
		Bánh hỏi nem nướng	Xôi mặn	Cơm tấm thịt áp chảo	Bánh giò	Bánh ướt chả lụa
DRINK Đồ uống		Fresh Milk Sữa tươi	Fresh Milk Sữa tươi	Fresh Milk Sữa tươi	Fresh Milk Sữa tươi	Fresh Milk Sữa tươi
LUNCH Bữa trưa	MAIN DISH 1 Món chính 1	Stewed chicken with white beans	Braised pork belly with caramel sauce	Sauteed squid with vegetables and ginger sauce	Braised fish with pepper	Assorted meats fried rice
		Gà nấu đậu	Thịt heo ba rọi rim mặn	Mực xào thập cẩm	Cá basa kho tiêu	Cơm chiên Hoàng hậu
	MAIN DISH 2 Món chính 2	Deep-fried fish with fish sauce	Sauteed beef with green beans	Pork Omelette	Chicken with oyster sauce	Jambon pasta
		Cá phi lê chiên và nước mắm chua ngọt	Bò xào đậu cove	Trứng cuộn thịt băm	Gà áp chảo sốt dầu hào	Nui sốt jambon
	VEGETABLE DISHES Món rau	Sauteed cabbage	Steamed choy sum	Sauteed chayote with carrot	Sauteed cabbage with mushroom	Boiled vegetable
		Bắp cải xào	Cải ngọt luộc	Su su, cà rốt xào	Cải thảo xào nấm	Rau ăn kèm trong món ăn
	VIETNAMESE SOUP Canh	Clear tungbo soup	Clear vegetable soup	Clear spinach, sponge gourd	Yam soup	Seaweed, pork soup
		Canh rau tần ô	Canh rau củ	Canh mướp mỏng tươi	Canh khoai mỡ	Canh rong biển
	SALAD Rau	Mayo Salad	Cocktail sauce salad	Mayo Salad	Cocktail sauce salad	Mayo Salad
		Salad Mayo	Salad Cocktail	Salad Mayo	Salad Cocktail	Salad Mayo
	DESSERT Tráng miệng	Watermelon	Papaya	Banana	Melon	Dragon fruit
		Dứa hấu	Đu đủ	Chuối cau	Dứa lười	Thanh long
AFTERNOON SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Hot dogs	Mixed noodles with butter	Croissant	Dimsum	Custard bread
		Hot dog xúc xích	Mì trộn bơ	Choco Layer Croissant (Tous Les Jours)	Há cảo hấp	Bánh custard (Tous Les Jours)
	DRINK Đồ uống	Fruit juice Nước trái cây	Yakult Sữa chua uống	Herbal tea Nước sâm	Yogurt Sữa chua	Brown rice tea Nước gạo lứt

# OCTOBER MENU

## PRIMARY AND HIGH SCHOOL | TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 5: 30 OCT - 31 OCT

WEEK 4 / TUẦN 4		MONDAY-THỨ 2	TUESDAY-THỨ 3		
DATE/ NGÀY		30/10/2023	31/10/2023		
BREAKFAST Bữa sáng	Choice 1 Lựa chọn 1	"Nam vang" noodles	Seafood with rice noodles		
		Hủ tiểu Nam Vang	Bún gạo nấu hải sản		
	Choice 2 Lựa chọn 2	Pan-fried pork with vermicelli noodles	Macaroni with minced pork, tomato sauce		
		Bún thịt nướng	Nui sốt thịt băm		
DRINK Đồ uống		Fresh Milk	Fresh Milk		
		Sữa tươi	Sữa tươi		
LUNCH Bữa trưa	MAIN DISH 1 Món chính 1	Stewed chicken and vegetables	Beef stew with carrots		
		Gà hầm rau củ	Bò kho cà rốt		
	MAIN DISH 2 Món chính 2	Fried fish with lemongrass	Vegetable Omelette		
		Cá phi lê chiên muối sả	Trứng cuộn rau củ		
	VEGETABLE DISHES Món rau	Sauteed gourd	Boiled broccoli & carrot		
		Bầu xào	Bông cải cà rốt luộc		
	VIETNAMESE SOUP Canh	Clear pumpkin soup	Clear chive & tofu soup		
		Canh bí đỏ nấu tôm	Canh họ đậu hũ		
	SALAD Rau	Mayo Salad	Vinegar Salad		
		Salad Mayo	Salad dầu giấm		
DESSERT Tráng miệng	Watermelon	Papaya			
		Dưa hấu	Đu đủ		
AFTERNOON SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Wonton soup	Dorayaki socola (Primary) Red Bean Donut (High school)		
		Súp hoành thánh	Bánh Dorayaki - Thọ Phát (Tiểu học) Bánh đậu đỏ - Tous Les Jours (Trung học)		
	DRINK Đồ uống	Fruit juice	Herbal tea		
		Nước trái cây	Nước sâm		