

# OCTOBER MENU

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

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 1: SEP 30 - OCT 4

WEEK 1 / TUẦN 1		MONDAY - THỨ 2	TUESDAY - THỨ 3	WEDNESDAY - THỨ 4	THURSDAY - THỨ 5	FRIDAY - THỨ 6	
DATE / NGÀY		30/09/2024	01/10/2024	02/10/2024	03/10/2024	04/10/2024	
BREAKFAST Bữa sáng	Option 1 Lựa chọn 1	Beef "Pho" noodles <i>Phở bò nạm</i>	Vietnamese noodles soup <i>Canh bún</i>	Chicken "Pho" noodles <i>Phở gà</i>	"Moc" noodles <i>Bún mọc</i>	Crab, pork with rice noodles <i>Bánh canh ghẹ thịt heo nầm bào ngư</i>	
	Option 2 Lựa chọn 2	Grilled pork, deep-fried spring rolls with vermicelli noodles <i>Bún nem nướng chả giò</i>	Steamed rice pyramid <i>Bánh giò</i>	Vietnamese sausage with steamed rice paper <i>Bánh ướt chả lụa</i>	Hamburger <i>Burger jambon mayo</i>	Sauteed noodles with pork <i>Bún gạo xào</i>	
DRINK Đồ uống		Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	
LUNCH Bữa trưa	MAIN DISH 1 Món chính 1	Braised fish with spring onion <i>Cá basa kho</i>	Pan-seared pork chop <i>Thịt heo cốt lết áp chảo</i>	Sauteed beef with vegetable <i>Bò xào rau củ</i>	Fried chicken with garlic and butter <i>Gà chiên sốt bơ tỏi</i>	Bolognese spaghetti <i>Mì Ý thịt băm xúc xích sốt bolognese</i>	
		Chicken drumstick with honey sauce <i>Đùi gà áp chảo tẩm mật ong</i>	Fish cake with sweet & sour sauce <i>Chả cá sốt chua ngọt</i>	Egg meatloaf <i>Chả trứng hấp</i>	Braised pork with pepper sauce <i>Thịt heo kho tiêu</i>	Fish nuggets with tartar sauce, potato wedges & white rice <i>Cá phi lê sốt tartar, khoai tây múi cau và cơm trắng</i>	
	VEGETABLE DISHES Món rau	Sauteed chayote and carrot <i>Su su cà rốt xào</i>	Sauteed cabbage <i>Bắp cải xào</i>	Cauliflower, cabbage and carrot <i>Bông cải xanh, cải thảo, cà rốt xào</i>	Boiled bok choy <i>Cải thìa luộc</i>	Boiled vegetable <i>Rau ăn kèm trong món ăn</i>	
		VIETNAMESE SOUP Canh	Sweet & sour shrimp soup <i>Canh chua bạch hà nấu tôm</i>	Yam soup <i>Canh khoai mỡ</i>	Clear winter melon soup <i>Canh bí xanh</i>	Papaya soup <i>Canh đu đủ</i>	Seaweed and pork soup <i>Canh rong biển nấu thịt băm</i>
	SALAD Rau	Vinegar salad <i>Salad dầu giấm</i>	Mayo salad <i>Salad mayo</i>	Vinegar salad <i>Salad dầu giấm</i>	Boiled corn <i>Bắp Mỹ cắt khoanh</i>	Cocktail sauce salad <i>Salad sốt cocktail</i>	
		DESSERT Tráng miệng	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Pudding <i>Pudding</i>
	AFTERNOON SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Assorted meats sticky rice <i>Xôi mặn</i>	Sauteed macaroni with pork <i>Nui xào thịt</i>	Dimsum <i>Há cảo, xíu mại hấp</i>	Rice noodles & beef ball <i>Hủ tiếu khô bò viên</i>	Sweet buns <i>Bánh bao ca dé</i>
			DRINK Đồ uống	Orange juice <i>Nước cam</i>	Yakult <i>Yakult</i>	Sữa chua <i>Yogurt</i>	Nước chanh dây <i>Passion fruit juice</i>

# OCTOBER MENU

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

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 2: OCT 7 - OCT 11

WEEK 2 / TUẦN 2		MONDAY - THỨ 2	TUESDAY - THỨ 3	WEDNESDAY - THỨ 4	THURSDAY - THỨ 5	FRIDAY - THỨ 6
DATE / NGÀY		07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024
BREAKFAST Bữa sáng	Option 1 Lựa chọn 1	Hue-style noodles <i>Bún bò Huế</i>	Pork, quail egg with macaroni soup <i>Nui nấu thịt, trứng cút</i>	Fish cake with dried rice pancake noodles <i>Bánh đa nấu chả cá</i>	Chicken "Quang" noodles <i>Mì quảng gà</i>	"Nam Vang" noodles <i>Hủ tiếu Nam Vang</i>
	Option 2 Lựa chọn 2	Assorted meats sticky rice <i>Xôi nắm đông cô</i>	Meatball & bread <i>Xiú mại &amp; bánh mì</i>	Broken rice with pork <i>Cơm tấm thịt áp chảo</i>	Grilled sausage with vermicelli noodles <i>Bún nem nướng</i>	Steamed pork dumpling <i>Bánh bao</i>
DRINK Đồ uống		Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>
		LUNCH Bữa trưa		MAIN DISH 1 Món chính 1		MAIN DISH 2 Món chính 2
		Tofu stuffed with minced pork and tomato sauce <i>Đậu hũ dồn thịt sốt cà</i>	Crispy-fried squid <i>Mực vòng</i>	Fried fish with lemongrass <i>Cá phi lê chiên sả</i>	Meat patties with garlic butter sauce <i>Chả thịt sốt bơ tỏi</i>	Broken rice with pork chop and egg <i>Cơm tấm sườn cốt lết trứng ốp la</i>
		Fried pork belly with kumquat, lemongrass <i>Thịt heo chiên lắc sả tắc</i>	Braised chicken with ginger <i>Gà kho gừng</i>	Stewed pork rib with white beans <i>Thịt heo sườn non nấu đậu</i>	Ham omelette <i>Trứng cuộn jambon</i>	Chicken nugget & macaroni cream sauce <i>Úc gà &amp; nui sốt kem</i>
		VEGETABLE DISHES Món rau	SAUTEED PEAS AND CORN <i>Morning glory</i>	BOILED SPONGE GOURD <i>Sauteed peas and corn</i>	SAUTEED CHOY SUM <i>Bầu luộc</i>	BOILED VEGETABLE <i>Cải ngọt xào</i>
		VIETNAMESE SOUP Canh	Clear vegetable soup <i>Rau muống xào tỏi</i>	Clear bok choy soup <i>Đậu Hà Lan và bắp xào</i>	Sweet & sour cabbage soup <i>Bầu luộc</i>	Clear pumpkin soup <i>Cải ngọt xào</i>
		SALAD Rau	Clear bok choy soup <i>Canh khoai tây, cà rốt</i>	Vinegar salad <i>Canh cải thìa</i>	Boiled vegetable & sauce <i>Canh chua bắp cải</i>	Vinegar salad <i>Canh bí đỏ</i>
		DESSERT Tráng miệng	Boiled corn <i>Bắp Mỹ cắt khoanh</i>	Fresh fruit <i>Salad dầu giấm</i>	Boiled vegetable & sauce <i>Rau củ luộc &amp; kho quẹt</i>	Fresh fruit <i>Salad dầu giấm</i>
		DRINK Đồ uống	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>
AFTERNOON SNACK Bữa xế		SNACK Món ăn nhẹ	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>
		DRINK Đồ uống	Cereal & banana <i>Ngũ cốc &amp; chuối</i>	Crab soup <i>Súp cua</i>	Sauteed noodles <i>Mì xào</i>	Kimbap <i>Cơm cuộn</i>
		Fresh milk (less sugar) <i>Sữa tươi (ít đường)</i>	Fruit juice <i>Nước Vfresh</i>	Orange juice <i>Nước cam</i>	Herbal tea <i>Nước sâm</i>	Salted apricot & kumquat drink <i>Nước tắc xí muội</i>

# OCTOBER MENU

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

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 3: OCT 14 - OCT 18

WEEK 3 / TUẦN 3		MONDAY - THỨ 2	TUESDAY - THỨ 3	WEDNESDAY - THỨ 4	THURSDAY - THỨ 5	FRIDAY - THỨ 6	
DATE / NGÀY		14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024	
BREAKFAST Bữa sáng	Option 1 Lựa chọn 1	Crab & meatloaf noodles <i>Bún riêu giả cua</i>	Beef ball "Pho" noodles <i>Phở bò nạm, bò viên</i>	"Moc" noodles <i>Bún mọc</i>	Roasted chicken with yellow noodles <i>Mì gà tiêm</i>	Assorted "Quang" noodles <i>Mì Quảng thịt</i>	
	Option 2 Lựa chọn 2	Fine rice vermicelli noodles with grilled pork <i>Bánh hỏi heo quay chả giò</i>	Broken rice with roasted chicken <i>Cơm tấm gà rô ti</i>	Singapore-style sauteed noodles <i>Bún gạo xào kiểu Singapore</i>	Vietnamese sausage burger <i>Burger chả lụa mayo</i>	Steamed rice pyramid <i>Bánh giò</i>	
DRINK Đồ uống		Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	
LUNCH Bữa trưa	MAIN DISH 1 Món chính 1	Fried frog with cheese <i>Ếch lặc phô mai</i>	Braised pork with tofu <i>Thịt heo kho đậu hũ</i>	Fried fish cake with tamarind sauce <i>Chả cá chiên sốt me</i>	Beef stew with vegetable <i>Bò hầm rau củ</i>	Yangzhou fried rice and chicken <i>Cơm chiên Dương Châu &amp; đùi gà</i>	
		MAIN DISH 2 Món chính 2	Chicken ragu <i>Gà nấu la gu</i>	Deep-fried fish with sweet & sour sauce <i>Cá phi lê chiên giòn sốt chua ngọt</i>	Braised quail egg with coconut sauce <i>Trứng cút kho nước dừa</i>	Fried pork belly with fish sauce <i>Ba rọi chiên nước mắm</i>	Grilled chicken & egg noodles <i>Đùi gà nướng &amp; mì trộn rau củ</i>
	VEGETABLE DISHES Món rau	Sauteed chayote <i>Su su xào</i>	Boiled cauliflower and carrot <i>Bông cải, cà rốt luộc</i>	Sauteed cabbage, tomato <i>Bắp cải xào</i>	Potato wedges <i>Khoai tây chiên</i>	Boiled vegetable <i>Rau ăn kèm trong món ăn</i>	
		VIETNAMESE SOUP Canh	Clear spinach soup <i>Canh rau dền</i>	Sweet & sour morning glory soup with shrimp <i>Canh chua rau muống nấu tôm</i>	Clear zucchini soup <i>Canh bí ngòi</i>	Cabbage soup <i>Canh cải thảo</i>	Seaweed and pork soup <i>Canh rong biển nấu thịt băm</i>
	SALAD Rau		Mayo salad <i>Salad mayo</i>	Vinegar salad <i>Salad dầu giấm</i>	Boiled corn <i>Bắp Mỹ cắt khoanh</i>	Cocktail sauce salad <i>Salad sốt cocktail</i>	Vinegar salad <i>Salad dầu giấm</i>
		DESSERT Tráng miệng	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Yakult <i>Yakult</i>
	AFTERNOON SNACK Bữa xế		SNACK Món ăn nhẹ	Sauteed egg with macaroni <i>Nui xào trứng</i>	Hotdogs <i>Bánh mì xúc xích</i>	Beef ball, fish ball <i>Bò viên, cá viên chiên</i>	Korean-style glass noodles <i>Miến trộn</i>
		DRINK Đồ uống		Yakult <i>Yakult</i>	Passion fruit juice <i>Nước chanh dây</i>	Fruit yogurt <i>Sữa chua uống Su Su</i>	Herbal tea <i>Nước sâm</i>

# OCTOBER MENU

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

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 4: OCT 21 - OCT 25

WEEK 4 / TUẦN 4		MONDAY - THỨ 2	TUESDAY - THỨ 3	WEDNESDAY - THỨ 4	THURSDAY - THỨ 5	FRIDAY - THỨ 6	
DATE / NGÀY		21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024	
BREAKFAST Bữa sáng	Option 1 Lựa chọn 1	Crab, pork with rice noodles	"Nam Vang" noodles	Chicken "Pho" noodles	Fried fish with dried rice noodles	Pork and shrimp macaroni soup	
		<i>Bánh canh ghe thịt heo nấu bảo ngư</i>	<i>Hủ tiếu Nam Vang</i>	<i>Phở gà</i>	<i>Bánh đa cá</i>	<i>Nui nấu tôm thịt</i>	
	Option 2 Lựa chọn 2	Vietnamese sausage with steamed rice paper	Ham sandwich	Pork ragu with bread	Grilled sausage with vermicelli noodles	Steamed pork dumpling	
		<i>Bánh ướt chả lụa</i>	<i>Sandwich kẹp jambon</i>	<i>Bánh mì, thịt sườn non nấu lagu</i>	<i>Bún nem nướng</i>	<i>Bánh bao</i>	
DRINK Đồ uống	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	
	<i>Sữa tươi</i>	<i>Sữa tươi</i>	<i>Sữa tươi</i>	<i>Sữa tươi</i>	<i>Sữa tươi</i>	<i>Sữa tươi</i>	
LUNCH Bữa trưa	MAIN DISH 1 Món chính 1	Braised fish with sauce	Meatloaf with demi glace sauce	Simmered pork chop with fish sauce	Sauteed pork with lemongrass	Dakgangjeong fried chicken	
		<i>Cá diêu hồng kho</i>	<i>Chả thịt bò sốt nâu</i>	<i>Thịt heo cốt lết rim mặn ngọt</i>	<i>Thịt heo xào sả</i>	<i>Gà chiên giòn &amp; cơm rắc rong biển</i>	
	MAIN DISH 2 Món chính 2	Cheese & vegetable omelet	Chicken drumstick with Teriyaki sauce	Fish cake stuffed quail egg with tomato sauce	Tempura shrimps & French fries	Mixed ramen noodles	
		<i>Trứng cuộn phô mai rau củ</i>	<i>Gà chiên sốt Teriyaki</i>	<i>Chả cá thác lác bọc trứng cút sốt cà chua</i>	<i>Tôm tempura, khoai tây chiên</i>	<i>Mì ramen thập cẩm</i>	
	VEGETABLE DISHES Món rau	Morning glory	Sauteed gourd	Boiled green bean	Sauteed zucchini	Boiled vegetable	
		<i>Rau muống xào tỏi</i>	<i>Bầu xào</i>	<i>Đậu cô ve luộc</i>	<i>Bí ngò xào</i>	<i>Rau ăn kèm trong món ăn</i>	
	VIETNAMESE SOUP Canh	Yam soup with shrimp	Clear choy sum soup	Cabbage soup	Sweet & sour soup	Miso soup	
		<i>Canh khoai mỡ nấu tôm</i>	<i>Canh cải ngọt</i>	<i>Canh bắp cải</i>	<i>Canh chua bạc hà</i>	<i>Canh miso</i>	
	SALAD Rau	Vinegar salad	Boiled corn	Boiled vegetable & sauce	Vinegar salad	Cocktail sauce salad	
		<i>Salad dầu giấm</i>	<i>Bắp Mỹ cắt khoanh</i>	<i>Rau củ luộc &amp; kho quẹt</i>	<i>Salad dầu giấm</i>	<i>Salad sốt cocktail</i>	
	DESSERT Tráng miệng	Fresh fruit	Fresh fruit	Fresh fruit	Fresh fruit	Pudding	
		<i>Trái cây tươi</i>	<i>Trái cây tươi</i>	<i>Trái cây tươi</i>	<i>Trái cây tươi</i>	<i>Pudding</i>	
	AFTERNOON SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Kimbap	Assorted meats with rice noodles	Pork spaghetti	Cereal	Pork floss Dorayaki - Primary School Red bean donut - High School
			<i>Cơm cuộn</i>	<i>Mì Quảng trộn</i>	<i>Mì Ý sốt thịt băm</i>	<i>Ngũ cốc</i>	<i>Dorayaki chà bông (Tiểu học) Donut đậu đỏ (Trung học)</i>
DRINK Đồ uống		Salted apricot & kumquat drink	Herbal tea	Orange juice	Fresh milk (less sugar)	Passion fruit juice	
		<i>Nước tắc xí muội</i>	<i>Nước sâm</i>	<i>Nước cam</i>	<i>Sữa tươi (ít đường)</i>	<i>Nước chanh dây</i>	

# OCTOBER MENU

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

(Semi Boarding | Bán Trú)

WEEK 5: OCT 28 - OCT 31

WEEK 5 / TUẦN 5		MONDAY - THỨ 2	TUESDAY - THỨ 3	WEDNESDAY - THỨ 4	THURSDAY - THỨ 5	FRIDAY - THỨ 6	
DATE / NGÀY		28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024	
BREAKFAST Bữa sáng	Option 1 Lựa chọn 1	Fish cake rice noodles <i>Bánh canh chả cá</i>	"Moc" noodles <i>Bún mọc</i>	Crab & meatloaf noodles <i>Bún riêu giả cua</i>	Chicken and bamboo shoots with rice noodles <i>Bún măng gà</i>	Stewed beef with egg noodles <i>Mì bò kho</i>	
	Option 2 Lựa chọn 2	Pork patties burger with mayo sauce <i>Burger heo, sốt mayo</i>	Steamed rice pyramid <i>Bánh giò</i>	Broken rice with pork <i>Cơm tấm thịt áp chảo</i>	Pad thai <i>Hủ tiếu xào kiểu Thái</i>	Fine rice vermicelli noodles with grilled sausage, springrolls <i>Bánh hỏi nem nướng, chả giò</i>	
DRINK Đồ uống		Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	
LUNCH Bữa trưa	MAIN DISH 1 Món chính 1	Pan-seared pork with honey sauce <i>Thịt heo áp chảo sốt mật ong</i>	Stewed chicken, vegetable with bread <i>Gà hầm rau củ, bánh mì</i>	Braised quail egg with coconut sauce <i>Trứng cút kho nước dừa</i>	Fish nuggets <i>Cá chiên xù</i>	Macaroni with tomato sauce, chicken drumsticks <i>Nui xoắn sốt cà, đùi gà</i>	
		Tofu stuffed minced pork with oyster sauce <i>Đậu hũ dồn thịt sốt dầu hào</i>	Grilled pork with pineapple <i>Nem nướng rim thơm</i>	Sauteed beef with peas <i>Bò xào đậu cô ve</i>	Meat patties with garlic butter sauce <i>Chả thịt sốt bơ tỏi</i>	Broken rice with pork chop and egg <i>Cơm tấm sườn cốt lết, trứng ốp la</i>	
	VEGETABLE DISHES Món rau	Sauteed bok choy <i>Cải thìa xào</i>	Sauteed peas and corn <i>Đậu Hà Lan và bắp xào</i>	Sauteed choy sum <i>Cải ngọt xào</i>	Sauteed chayote with carrot <i>Su su, cà rốt xào</i>	Boiled vegetable <i>Rau ăn kèm trong món ăn</i>	
		VIETNAMESE SOUP Canh	Clear winter melon soup <i>Canh bí xanh</i>	Napa cabbage soup <i>Canh cải thảo</i>	Sweet & sour cabbage soup with shrimp <i>Canh chua bắp cải nấu tôm</i>	Clear spinach soup <i>Canh cải bó xôi</i>	Clear vegetable soup <i>Canh rau củ</i>
	SALAD Rau		Boiled corn <i>Bắp Mỹ cắt khoanh</i>	Vinegar salad <i>Salad dầu giấm</i>	Cocktail sauce salad <i>Salad sốt cocktail</i>	Mayo salad <i>Salad mayo</i>	Vinegar salad <i>Salad dầu giấm</i>
		DESSERT Tráng miệng	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Fresh fruit <i>Trái cây tươi</i>	Flan <i>Bánh flan</i>
	AFTERNOON SNACK Bữa xế		SNACK Món ăn nhẹ	Bread with sausage <i>Bánh mì xúc xích</i>	Tokbokki <i>Tokbokki phô mai</i>	Dimsum <i>Há cảo</i>	Mixed noodles with butter <i>Mì trộn bơ</i>
		DRINK Đồ uống		Passion fruit juice <i>Nước chanh dây</i>	Orange juice <i>Nước cam</i>	Yakult <i>Yakult</i>	Herbal tea <i>Nước sâm</i>