



LUNCH MENU for Year 3-13 (April - May 2024)

Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Date	1/4/2024, 13/5/2024	2/4/2024, 14/5/2024	3/4/2024, 15/5/2024	4/4/2024, 16/5/2024	17/5/2024
Main Western/International	Chicken steak Tarragon cream sauce	Breaded pork	Pasta pork Bolognese	Roasted chicken with Italian herbs	Korean pork Bibimbub
Vegetarian dish	Macaroni soup	Tomato and eggplant Shakshuka	Pasta Napolitana	Sauteed mixed vegetables with butter	Yakisoba tofu
Salad	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar
Side Dish					
Side Dish					
Main Thai	Bamboo shoot curry with Pork	Stir-fried chicken with bell peppers	Chicken rice (Khao Man Gai) with clear soup	Dory fish Choo Chee curry	Sriracha honey chicken
Main Thai	Thai omelette with egg tofu	Stir-fried Morning Glory with bean paste	Stir-fried mixed vegetables with tofu	Thai vegetarian spicy salad	Pumpkin and eggplants Green curry
Thai Vegetarian	Stir-fried Bok choy with tofu	Sesame tofu	Mussaman curry	Garden fried rice with tofu	Stir-fried mixed vegetables
Noodles		Chicken noodle soup		Braised pork noodle soup	
Rice	Steamed rice	Steamed rice	Steamed rice	Steamed rice	Steamed rice
Fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits
Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Date	22/4/2024, 20/5/2024	23/4/2024, 21/5/2024	24/4/2024, 22/5/2024	25/4/2024, 23/5/2024	26/4/2024, 24/5/2024
Main Western/International	Chef's fried pork	Chicken steak Bar-B-Q sauce	Chicken Teriyaki	Kimchi pork stir fry	Baked macaroni with chicken
Vegetarian dish	Mexican chilli	Pasta Aglio e Olio	Vegetables casserole	Sesame spinach	Spiced carrot and lentil soup
Salad	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar
Side Dish					
Side Dish					
Main Thai	Stir-fried chicken with basil leaves	Garlic pork	Stir-fried Chinese Kale with crispy pork	Thai fried chicken	Minced pork spicy salad (Laab Moo)
Main Thai	Stir-fried vermicelli with egg and vegetables	Stir-fried mixed vegetables	Thai omelette and egg tofu clear soup	Mixed mushrooms Tom Yum soup	Stir-fried mixed vegetables with soy protein
Thai Vegetarian	Potato and carrot soup	Stir-fried tofu with Thai celery	Hot and spicy spaghetti stir fry with tofu	Tofu and vegetables sweet and sour	Stir-fried egg noodles with tofu
Noodles		Red roasted pork noodle soup		Minced pork noodle soup	
Rice	Steamed rice	Steamed rice	Steamed rice	Steamed rice	Steamed rice
Fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits



LUNCH MENU for Year 3-13 (April - May 2024)

Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Date	29/4/2024, 27/5/2024	30/4/2024, 28/5/2024	29/5/2024	2/5/2024, 30/5/2024	3/5/2024, 31/5/2024
Main Western/International	Chicken Schnitzel	Pork steak gravy sauce	Breaded Dory fish	Fried chicken Korean sauce	Spinach pesto pasta with chicken
Vegetarian dish	Tomato cream soup	Sauteed mixed vegetables and mushrooms with butter	Buttered corn	Pumpkin cream soup	Chinese style peppered tofu
Salad	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar
Side Dish			French fries		
Side Dish					Boiled egg
Main Thai	Stir-fried pork with black pepper	Chicken coconut milk soup	Braised chicken in red sauce	Stir-fried pork with shrimp paste	Red roasted pork
Main Thai	Stir-fried mixed vegetables with tofu	Stir-fried Chinese Okra with egg	Stir-fried pumpkin basil leaves	Thai omelette with spring onion	Stir-fried mixed vegetables
Thai Vegetarian	Stir-fried noodle with tamarind sauce (Phad Thai)	Fried boiled egg with tamarind sauce	Stir-fried instant noodle with soy protein	Stir-fried cabbage and tofu with garlic	Bamboo shoot clear soup with mushrooms and egg tofu
Noodles		Chicken noodle soup		Chicken noodle soup with gourd	
Rice	Steamed rice	Steamed rice	Steamed rice	Steamed rice	Steamed rice
Fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits
Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Date	6/5/2024	7/5/2024	8/5/2024	9/5/2024	10/5/2024
Main Western/International	School Holiday	Chef's fried chicken	Pasta Carbonara	Roasted chicken with garlic and honey	Pork Tonkatsu
Vegetarian dish		Vegetables casserole	Mung bean curry	Jacketed potatoes with baked beans	Japanese curry
Salad		Salad bar	Salad bar	Salad bar	Salad bar
Side Dish					
Side Dish					
Main Thai		Stir-fried Dory fish with basil leaves	Chicken Biryani	Pumpkin curry with pork	Crispy soy protein in chilli paste
Main Thai		Braised egg in soy soup	Crispy mushrooms with tamarind sauce	Stir-fried tomato and egg	Stir-fried mixed vegetables
Thai Vegetarian		Stir-fried tofu with garlic	Stir-fried mixed vegetables	Garden fried rice with soy protein	Stir-fried big noodle and tofu in dark soy sauce (Phad Si Ew)
Noodles		Braised pork noodle soup		Pork noodle soup	
Rice		Steamed rice	Steamed rice	Steamed rice	Steamed rice
Fresh fruits		Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits	Seasonal fresh fruits



เมนูอาหารกลางวัน สำหรับชั้น Year 3-13 (เมษายน - พฤษภาคม 2567)

วัน วันที่	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์
	1/4/2024, 13/5/2024	2/4/2024, 14/5/2024	3/4/2024, 15/5/2024	4/4/2024, 16/5/2024	17/5/2024
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	สเต็กไก้ซอสทาร์กอน	หมูซบเกล็ดขนมปังทอด	พาสต้าซอสโบลเนสซอ	ไก้อบเครื่องเทศอิตาเลียน	ข้าวยาเกาหลี (มีมิบบั่มหมู)
เมนูมังสวิรัต	ซูปผักกะโรนี	ซัดซูก้ามะเขือยาว	พาสต้าซอสโปลิดานา	ผักรวมผัดเนย	ผัดยากิโชมะเต้าหู้
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย	แกงหน่อไม้สดใส่หมู	ไก่ผัดพริกหวาน	ข้าวมันไก่+น้ำซุ้บแพง	จู้บปลาดอ้อ	ไก่ผัดซอสพริกศรีราชาและน้ำผึ้ง
เมนูไทย	ไข่เจียวเต้าหู้ไข่	ผัดผักบุ้งไฟแดง	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ยำรวมมิตรมังสวิรัต	แกงเขียวหวานพริกทองมะเขือยาว
เมนูไทยมังสวิรัต	กวางดั่งได้หวันผัดซอสเห็ดหอมใส่เต้าหู้	เต้าหู้ซอสเปรี้ยวหวานคลุกงา	มันมันเจ	ข้าวผัดผักรวมใส่เต้าหู้	ผัดผักรวมมิตร
ก้วยเตี้ยว		ก้วยเตี้ยวไก่ฉีก		ก้วยเตี้ยวหมูตุ๋น	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล
วัน วันที่	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์
	22/4/2024, 20/5/2024	23/4/2024, 21/5/2024	24/4/2024, 22/5/2024	25/4/2024, 23/5/2024	26/4/2024, 24/5/2024
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	หมูทอดสูตรเซฟ	สเต็กไก้ซอสบาร์บีคิว	ไก้อบซอสเทรียกกี	หมูผัดกิมจิ	มักกะโรนีอบใส่ไก่
เมนูมังสวิรัต	น้ำพริกเม็กซิกัน	พาสต้าผัดกระเทียมน้ำมันมะกอก (อะกลีโอ โอลีโอ)	ผักรวมอบคาสโรล	ผักโขมผัดน้ำมันงา	ซูปแครอทเลนทิล
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย	ผัดกะเพราไก่หั่น	หมูผัดกระเทียมพริกไทย	คะน้าหมูกรอบ	ไก่ทอด	ลาบหมู
เมนูไทย	ผัดวุ้นเส้นใส่ไข่และผัก	ผัดผักรวมมิตร	ต้มจืดไข่น้ำเต้าหู้	ต้มยำเห็ดรวมน้ำใส	ผัดผักรวมมิตรใส่โปรตีนเกษตร
เมนูไทยมังสวิรัต	ซูปมันฝรั่งแครอท	เต้าหู้ผัดคั้นข้ายต้นหอม	สปาเก็ตตี้ผัดชี้เมาใส่เต้าหู้	ผัดเปรี้ยวหวานเต้าหู้ผัดรวม	บะหมี่เหลืองผัดชี้อ้วใส่เต้าหู้
ก้วยเตี้ยว		บะหมี่น้ำหมูแดง		ก้วยเตี้ยวหมูสับ	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล



เมนูอาหารกลางวัน สำหรับชั้น Year 3-13 (เมษายน - พฤษภาคม 2567)

วัน วันที่	จันทร์ 29/4/2024, 27/5/2024	อังคาร 30/4/2024, 28/5/2024	พุธ 29/5/2024	พฤหัสบดี 2/5/2024, 30/5/2024	ศุกร์ 3/5/2024, 31/5/2024
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	ไกทอดซนิตเชิล	สเต็กหมูซอสเกรวี	ปลาซุมเกล็ดขนมปังมิงทอด	ไกทอดซอสเกาหลี	พาสต้าไก่ซอสเพสโต้ผักโขม
เมนูมังสวิรัต	ซูปครีมมะเขือเทศ	ผักรวมและเห็ดผัดเนย	ข้าวโพดผัดเนย	ซูปครีมฟักทอง	เต้าหู้ผัดพริกไทยสดใส่ชีส
สลัด	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง			เฟรนช์ฟรายส์		
เครื่องเคียง					ไข่ต้ม
เมนูไทย	หมูผัดพริกแกงถั่วฝักยาว	ต้มข่าไก่ใส่กะหล่ำปลี	ไก่ตุ๋นน้ำแดง	หมูผัดกะปิ	หมูแดง
เมนูไทย	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	บวบผัดไข่	ฟักทองผัดใบโหระพา	ไข่เจียวต้นหอม	ผัดผักรวมมิตร
เมนูไทยมังสวิรัต	ผัดไทย	ไข่ลูกเขย	ผัดมามาใส่โปรตีนเกษตร	กะหล่ำปลีผัดกระเทียมใส่เต้าหู้	ต้มจืดหน่อไม้สดเห็ดหอมใส่เต้าหู้ไข่
ก๋วยเตี๋ยว		ก๋วยเตี๋ยวไก่ฉีก		ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋นมะระ	
ข้าว	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล
วัน วันที่	จันทร์ 6/5/2024	อังคาร 7/5/2024	พุธ 8/5/2024	พฤหัสบดี 9/5/2024	ศุกร์ 10/5/2024
เมนูฝรั่ง/ นานาชาติ	TURF & SON	ไกทอดสูตรเซฟ	พาสต้าคาโบนาร่า	สเต็กไก่ซอสน้ำผึ้งกระเทียม	หมูทอดทรงคัสลี
เมนูมังสวิรัต		ผักรวมอบคาสโรล	แกงถั่วเขียวสูตรเซฟ	มันอบแฉัดเกิดราดซอสถั่วขาวอบ	แกงกะหรี่ญี่ปุ่น
สลัด		สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์	สลัดบาร์
เครื่องเคียง					
เครื่องเคียง					
เมนูไทย		ปลาดีผัดกะเพรา	ข้าวหมกไก่	แกงคั่วฟักทองหมู	โปรตีนเกษตรทอดกรอบผัดพริก
เมนูไทย		ไข่พะโล้เต้าหู้	เห็ดกรอบซอสสามรส	มะเขือเทศผัดไข่แบบจีน	ผัดผักรวมมิตร
เมนูไทยมังสวิรัต		เต้าหู้ผัดกระเทียม	ผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	ข้าวผัดผักรวมมิตรใส่เต้าหู้	เส้นใหญ่ผัดซีอิ้วใส่เต้าหู้
ก๋วยเตี๋ยว		ก๋วยเตี๋ยวหมูตุ๋น		ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ	
ข้าว		ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย	ข้าวสวย
ผลไม้		ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล	ผลไม้สดตามฤดูกาล