

THỰC ĐƠN KHỐI MẦM NON KINDERGARTEN MENU

Tuần 3 | Week 3 (16/04 - 20/04/2018)



	THỨ HAI/MONDAY 16/04/2018	THỨ BA/TUESDAY 17/04/2018	THỨ TƯ/WEDNESDAY 18/04/2018	THỨ NĂM/THURSDAY 19/04/2018	THỨ SÁU/FRIDAY 20/04/2018
ĂN SÁNG BREAKFAST	<p>Bánh mì trứng bác Breads with Scramble Egg</p> <p>Ngũ cốc với sữa Cereals with Fresh Milk</p> <p>Cháo trắng + đồ ăn kèm Plain Congee with Condiments</p> <p>Hoa quả trong ngày Fruits of the day</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Miến tôm giá hành Glass Noodles with Bean Sprout & Spring Onion</p> <p>Ngũ cốc với sữa Cereals with Fresh Milk</p> <p>Cháo trắng + đồ ăn kèm Plain Congee with Condiments</p> <p>Hoa quả trong ngày Fruits of the day</p> <p>Sữa chua uống TH TH Yoghurt Drink</p>	<p>Bún bò Huế Hue Beef Noodles Soup</p> <p>Ngũ cốc với sữa Cereals with Fresh Milk</p> <p>Cháo trắng + đồ ăn kèm Plain Congee with Condiments</p> <p>Hoa quả trong ngày Fruits of the day</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Phở bò sốt vang Beef Noodles Soup</p> <p>Ngũ cốc với sữa Cereals with Fresh Milk</p> <p>Cháo trắng + đồ ăn kèm Plain Congee with Condiments</p> <p>Hoa quả trong ngày Fruits of the day</p> <p>Sữa chua uống TH TH Yoghurt Drink</p>	<p>Bánh bao thịt hấp Steamed Dumplings</p> <p>Ngũ cốc với sữa Cereals with Fresh Milk</p> <p>Cháo trắng + đồ ăn kèm Plain Congee with Condiments</p> <p>Hoa quả trong ngày Fruits of the day</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>
ĂN NHẹ BUỔI SÁNG MORNING SNACK	<p>Ngô luộc Steamed Corn on Cobs</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Đu đủ chín Papaya Ripe</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Chuối chín Banana</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Dưa hấu Water Melon</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Táo ta xanh Green Apple</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>
ĂN TRƯA LUNCH	<p>Canh cà chua trứng thả tàu hũ Tofu in Tomato Egg Drop Soup</p> <p>Cà tím om sốt me Tamarind and Eggplant Jam</p> <p>Cà ri trứng với rau Egg Curry</p> <p>Đậu bắp sốt mắm tỏi Braised Lady Finger</p> <p>Cơm trắng + Pizza rau Steamed Rice + Vegetables Pizza</p> <p>Bánh ngọt thập cẩm Assorted French Pastry</p>	<p>Canh bí xanh nấu sườn Winter Melon in Pork Ribs Broth</p> <p>Tôm viên om sốt nâu Fried Prawn Balls in Demi Sauce</p> <p>Bò xào lúc lấu Wok Fried Beef Cubes</p> <p>Hoa lơ xanh sốt trứng Sauteed Broccoli with Eggs</p> <p>Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice</p> <p>Bánh kem xoài phoma Mango Cheese Cake</p>	<p>Canh măng chua cá Sour Bamboo in Fish Broth</p> <p>Cá chiên sốt cà chua Fried Fish with Tomato Sauce</p> <p>Heo sốt chua ngọt Sweet and Sour Pork</p> <p>Giá xào đậu phụ Stir Fried Bean Sprout with Tofu</p> <p>Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice</p> <p>Bánh ngọt thập cẩm Assorted French Pastry</p>	<p>Canh bắp cải nấu thịt nạc Cabbage in Broth</p> <p>Cá hấp Steamed Fish</p> <p>Bò nướng Grilled Beef</p> <p>Rau thập cẩm hấp Steamed Vegetables</p> <p>Seafood Paella Cơm hải sản Tây Ban Nha</p> <p>Kem cháy hạt sen Lemon Grass Creme Brule</p>	<p>Súp cua măng tây Crab meat & Asparagus Soup</p> <p>Tôm xào dưa chua Stir Fried Prawn with Pickled Mustards</p> <p>Thịt gà rán sốt nấm Seared Chicken with Mushrooms Sauce</p> <p>Rau cải xanh xào tỏi Sauteed Brassica</p> <p>Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice</p> <p>Bánh ngọt thập cẩm Assorted French Pastry</p>
ĂN NHẹ BUỔI CHIỀU AFTERNOON SNACK	<p>Bánh bao thịt Steamed Dumplings</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Khoai lang hấp Steamed Sweet Potato</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Bánh su kem Choux Pastry</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Ngô luộc Steamed Corn on Cobs</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Bánh rán vừng Sesame Dumplings</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>
ĂN MUỘN LATE SNACK	<p>Bánh bao thịt Steamed Dumplings</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Khoai lang hấp Steamed Sweet Potato</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Bánh su kem Choux Pastry</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Ngô luộc Steamed Corn on Cobs</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Bánh rán vừng Sesame Dumplings</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>

- Bữa ăn sáng trên lớp G105 / Breakfast in class G105
7.40am to 8.10am (KG2+KG3) & 8.00 to 8.30am (Pre+KG1)
- Bữa ăn nhẹ sáng trên lớp G105 / Morning snacks in class G105
9.20am to 10.00am (Pre+KG1) & 10.00am to 10.40am (KG2+KG3)
- Bữa ăn trưa trên lớp G105 / Lunch in class G105
11.20am to 12.00pm (Pre+KG1) & 12.00pm to 12.40pm (KG2+KG3)
- Bữa ăn nhẹ chiều trên lớp G105 / Afternoon snacks in class G105
14.00pm to 14.30pm (Pre+KG1)
- Bữa ăn muộn trên lớp G105 / Late snack in class G105
15.00pm to 15.15pm (KG2+KG3)

*Thực đơn của từng ngày có thể thay đổi tùy theo mùa của các loại thực phẩm
The menu for the day may change depending on seasonality and availability of ingredients



THỰC ĐƠN KHỐI TIỂU HỌC PRIMARY MENU

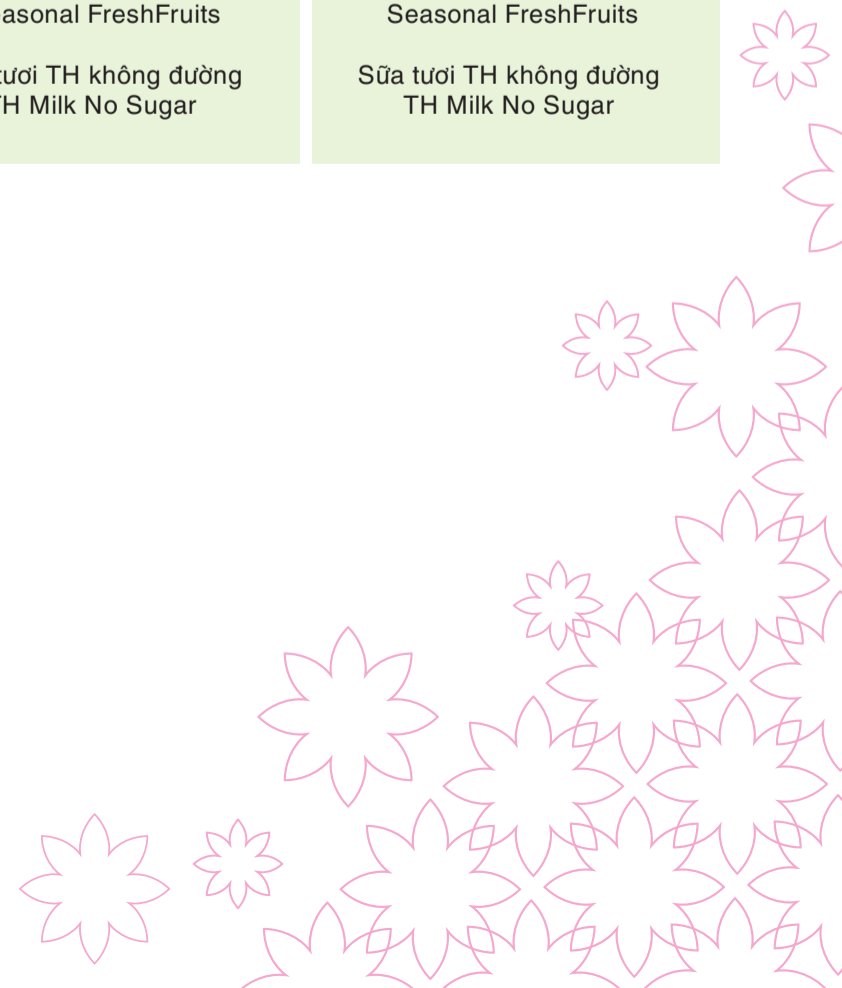
Tuần 3 | Week 3 (16/04 - 20/04/2018)



	THỨ HAI/MONDAY 16/04/2018	THỨ BA/TUESDAY 17/04/2018	THỨ TƯ/WEDNESDAY 18/04/2018	THỨ NĂM/THURSDAY 19/04/2018	THỨ SÁU/FRIDAY 20/04/2018
ĂN SÁNG BREAKFAST	<p>Bánh mì trứng bác Breads with Scramble Egg</p> <p>Ngũ cốc với sữa Cereals with Fresh Milk</p> <p>Cháo trắng + đồ ăn kèm Plain Congee with Condiments</p> <p>Hoa quả trong ngày Fruits of the day</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Miến tôm giá hành Glass Noodles with Bean Sprout & Spring Onion</p> <p>Ngũ cốc với sữa Cereals with Fresh Milk</p> <p>Cháo trắng + đồ ăn kèm Plain Congee with Condiments</p> <p>Hoa quả trong ngày Fruits of the day</p> <p>Sữa chua uống TH TH Yoghurt Drink</p>	<p>Bún bò Huế Hue Beef Noodles Soup</p> <p>Ngũ cốc với sữa Cereals with Fresh Milk</p> <p>Cháo trắng + đồ ăn kèm Plain Congee with Condiments</p> <p>Hoa quả trong ngày Fruits of the day</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Phở bò sốt vang Beef Noodles Soup</p> <p>Ngũ cốc với sữa Cereals with Fresh Milk</p> <p>Cháo trắng + đồ ăn kèm Plain Congee with Condiments</p> <p>Hoa quả trong ngày Fruits of the day</p> <p>Sữa chua uống TH TH Yoghurt Drink</p>	<p>Bánh bao thịt hấp Steamed Dumplings</p> <p>Ngũ cốc với sữa Cereals with Fresh Milk</p> <p>Cháo trắng + đồ ăn kèm Plain Congee with Condiments</p> <p>Hoa quả trong ngày Fruits of the day</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>
ĂN NHẹ BUỔI SÁNG MORNING SNACK	<p>Ngô luộc Steamed Corn on Cobs</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Đu đủ chín Papaya Ripe</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Chuối chín Banana</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Dưa hấu Water Melon</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Táo ta xanh Green Apple</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>
ĂN TRƯA LUNCH	<p>Sa lát trong ngày Salads of the day</p> <p>Canh cà chua trứng thả tàu hũ Tofu in Tomato Egg Drop Soup</p> <p>Cà tím om sốt me Tamarind and Eggplant Jam</p> <p>Cà ri trứng với rau Egg Curry</p> <p>Đậu bắp sốt dầu hào Lady Finger with Oyster Sauce</p> <p>Cơm trắng + Pizza rau Steamed Rice + Vegetables Pizza</p> <p>Bánh ngọt thập cẩm Assorted French Pastry</p>	<p>Sa lát trong ngày Salads of the day</p> <p>Canh bí xanh nấu sườn Winter Melon in Pork Ribs Broth</p> <p>Tôm viên om sốt nâu Fried Prawn Balls in Demi Sauce</p> <p>Bò xào lúc lắc Wok Fried Beef Cubes</p> <p>Hoa lơ xanh sốt trứng Sauteed Broccoli with Eggs</p> <p>Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice</p> <p>Chè sắn cốt dừa Cassava in Coconut Milk</p>	<p>Sa lát trong ngày Salads of the day</p> <p>Canh măng chua cá Sour Bamboo in Fish Broth</p> <p>Cá chiên sốt cà chua Fried Fish with Tomato Sauce</p> <p>Heo sốt chua ngọt Sweet and Sour Pork</p> <p>Giá xào đậu phụ Stir Fried Bean Sprout with Tofu</p> <p>Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice</p> <p>Bánh ngọt thập cẩm Assorted French Pastry</p>	<p>Sa lát trong ngày Salads of the day</p> <p>Canh bắp cải nấu thịt nạc Cabbage in Broth</p> <p>Cá hấp Steamed Fish</p> <p>Bò nướng Grilled Beef</p> <p>Rau thập cẩm hấp Steamed Vegetables</p> <p>Seafood Paella Cơm hải sản Tây Ban Nha</p> <p>Kem cháy hạt sen Lemongrass Creme Brule</p>	<p>Sa lát trong ngày Salads of the day</p> <p>Súp cua măng tây Crab meat & Asparagus Soup</p> <p>Tôm xào dưa chua Stir Fried Prawn with Pickled Mustards</p> <p>Thịt gà rán sốt nấm Seared Chicken with Mushrooms Sauce</p> <p>Rau cải xanh xào tỏi Sauteed Brassica</p> <p>Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice</p> <p>Bánh ngọt thập cẩm Assorted French Pastry</p>
ĂN MUỘN LATE SNACK	<p>Hoa quả theo mùa Seasonal FreshFruits</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Hoa quả theo mùa Seasonal FreshFruits</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Hoa quả theo mùa Seasonal FreshFruits</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Hoa quả theo mùa Seasonal FreshFruits</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>	<p>Hoa quả theo mùa Seasonal FreshFruits</p> <p>Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar</p>

- Bữa ăn sáng tại canteen / Breakfast in canteen
7.40am to 8.00am
- Bữa ăn nhẹ sáng tại canteen / Morning break in canteen
10.10am to 10.40am
- Bữa ăn trưa trong hộp / Lunch boxes in canteen
11.50am to 13.00pm
- Bữa ăn muộn tại nhà ăn / Late snack in canteen
15.00pm to 15.30pm (Primary)

* Thực đơn của từng ngày có thể thay đổi tùy theo mùa của các loại thực phẩm
The menu for the day may change depending on seasonality and availability of ingredients



THỰC ĐƠN KHỐI TRUNG HỌC | SECONDARY MENU

Tuần 3 | Week 3 (16/04 - 22/04/2018)

THỨ HAI | MONDAY
16/04/2018

THỨ BA | TUESDAY
17/04/2018

THỨ TƯ | WEDNESDAY
18/04/2018

THỨ NĂM | THURSDAY
19/04/2018

ĂN SÁNG | BREAKFAST

Bánh mì trứng bác
Breads with Scramble Egg

Ngũ cốc với sữa
Cereals with Fresh Milk

Cháo trắng + đồ ăn kèm
Plain Congee with Condiments

Hoa quả trong ngày
Fruits of the day

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

Miến tôm giá hành
Glass Noodles with Bean Sprout & Spring Onion

Ngũ cốc với sữa
Cereals with Fresh Milk

Cháo trắng + đồ ăn kèm
Plain Congee with Condiments

Hoa quả trong ngày
Fruits of the day

Sữa chua uống TH
TH Yoghurt Drink

Bún bò Huế
Hue Beef Noodles Soup

Ngũ cốc với sữa
Cereals with Fresh Milk

Cháo trắng + đồ ăn kèm
Plain Congee with Condiments

Hoa quả trong ngày
Fruits of the day

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

Phở bò sốt vang
Beef Noodles Soup

Ngũ cốc với sữa
Cereals with Fresh Milk

Cháo trắng + đồ ăn kèm
Plain Congee with Condiments

Hoa quả trong ngày
Fruits of the day

Sữa chua uống TH
TH Yoghurt Drink

ĂN NHÉ BUỔI SÁNG | MORNING SNACK

Ngô luộc
Steamed Corn on Cobs

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

Đu đủ chín
Papaya Ripe

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

Chuối chín
Banana

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

Dứa hấu
Water Melon

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

ĂN TRƯA | LUNCH

Các món ăn khai vị và quẩy sa lát tươi Appetizers and Refreshing Salads

Sa lát rau thập cẩm Indonesian
Gado Gado

3 loại sa lát rau
3 Kinds of Vegetables Salads

Trứng cút luộc, đậu đỏ đậu trắng luộc,
chanh bồ cau
Boiled Quail Eggs, Steamed Kidney Beans
& White Kidney Bean, Lime Wedges

Sa lát rau xanh tự chọn
Garden Green Salad 5 kinds with Choice of
Healthy Dressing and Condiments

Súp - Soups
Bánh mì thập cẩm (đen + trắng) & Bơ
French Breads, Whole Grain Brown Bread
Basket with Butter

Canh cà chua trứng thả tàu hũ
Tofu in Tomato Egg Drop Soup

Món ăn chính - Main Course
Cà tím om sốt me
Tamarind and Eggplant Jam

Cà ri trứng với rau
Egg Curry

Đậu bắp sốt tiêu tỏi
Peppered Lady Finger

Cơm trắng + Pizza rau
Steamed Rice + Vegetables Pizza

Tráng miệng - Desserts
Bánh ngọt thập cẩm
Assorted French Pastry

Hoa quả theo mùa
Seasonal FreshFruits

Sữa chua ăn TH không đường
TH Yoghurt without Sugar

Các món ăn khai vị và quẩy sa lát tươi Appetizers and Refreshing Salads

Trứng cút luộc, đậu đỏ đậu trắng luộc,
chanh bồ cau
Boiled Quail Eggs, Steamed Kidney
Beans & White Kidney Bean, Lime
Wedges

Sa lát rau xanh tự chọn
Garden Green Salad 5 kinds with Choice
of Healthy Dressing and Condiments

Súp - Soups
Canh bí xanh nấu sườn
Winter Melon in Pork Ribs Broth

Món ăn chính - Main Course
Tôm viên om sốt nâu
Fried Prawn Balls in Demi Sauce

Bò xào lúc lắc
Wok Fried Beef Cubes

Hoa lơ xanh sốt trứng
Sauteed Broccoli with Eggs

Cơm trắng gạo sạch TH
Steamed Fragrant Rice

Tráng miệng - Desserts
Chè sắn cốt dừa
Cassava in Coconut Milk

Hoa quả theo mùa
Seasonal FreshFruits

Sữa chua ăn TH không đường
TH Yoghurt without Sugar

Các món ăn khai vị và quẩy sa lát tươi Appetizers and Refreshing Salads

Trứng cút luộc, đậu đỏ đậu trắng luộc,
chanh bồ cau
Boiled Quail Eggs, Steamed Kidney
Beans & White Kidney Bean, Lime
Wedges

Sa lát rau xanh tự chọn
Garden Green Salad 5 kinds with Choice
of Healthy Dressing and Condiments

Súp - Soups
Canh măng chua cá
Sour Bamboo in Fish Broth

Món ăn chính - Main Course
Cá chiên sốt cà chua
Fried Fish with Tomato Sauce

Heo sốt chua ngọt
Sweet and Sour Pork

Giả xào đậu phụ
Stir Fried Bean Sprout with Tofu

Cơm trắng gạo sạch TH
Steamed Fragrant Rice

Tráng miệng - Desserts
Bánh ngọt thập cẩm
Assorted French Pastry

Hoa quả theo mùa
Seasonal FreshFruits

Sữa chua ăn TH không đường
TH Yoghurt without Sugar

Các món ăn khai vị và quẩy sa lát tươi Appetizers and Refreshing Salads

Pate heo đặc biệt
Pork Rillettes

Cơm cuộn kiểu Nhật
Vegetables Sushi

Sa lát quả roi
Rose Apple Salad

Trứng cút luộc, đậu đỏ đậu trắng luộc,
chanh bồ cau
Boiled Quail Eggs, Steamed Kidney
Beans & White Kidney Bean, Lime
Wedges

Sa lát rau xanh tự chọn
Garden Green Salad 5 kinds with Choice
of Healthy Dressing and Condiments

Súp - Soups
Bánh mì thập cẩm & Bơ
French Baquette, Sun Dried Tomato
Focaccia, Dark Rye Bread, Ciabatta

Cổ bò nướng
American Beef Chuck Eye Rolls

Món ăn chính - Main Course
Cá hấp vani Madagasca
Steamed Fish with Vanilla Madagasca in
Banana Leaf

Thịt băm viên mini
Mini Chicken Burger

Xúc xích Đức nướng
Germain Sausages

Seafood Paella
Cơm hải sản Tây Ban Nha

Tráng miệng - Desserts
Kem cháy hạt sen
Lemongrass Creme Brulee

Hoa quả theo mùa
Seasonal FreshFruits

Sữa chua ăn TH không đường
TH Yoghurt without Sugar

ĂN NHÉ BUỔI CHIỀU | AFTERNOON SNACK

Hoa quả theo mùa
Seasonal FreshFruits

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

Hoa quả theo mùa
Seasonal FreshFruits

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

Hoa quả theo mùa
Seasonal FreshFruits

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

Hoa quả theo mùa
Seasonal FreshFruits

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

ĂN TỐI | DINNER DORM

Trứng rán ốp la
Fried Eggs

Khoai tây chiên
French Fries

Bánh mì
Vietnamese Breads

Cơm trắng
Steamed rice

Hoa quả thập cẩm
Fresh Fruits Tropical

Bún bò trộn Nam Bộ
Wok Fried Beef with Fresh Noodles

Rau sống các loại
Assorted Fresh Herbs

Dưa góp
Pickles Papaya & Carrot

Bún
Fresh Noodles

Chè khoai môn nước dừa
Bur Bur Cha Cha

Canh mồng tơi tôm khô
Indian Spinach in Dried Prawn Broth

Tôm rang thịt
Braised Prawns & Pork

Đùi gà nướng
Fried Chicken Legs

Rau hoa lơ trắng luộc
Steamed Cauliflower & Broccoli

Cơm trắng
Steamed rice

Chè bà cốt
Sticky Rice Porridge with Palm Sugar

Canh cải xanh thịt nạc
Green Brassica Soup

Nem rau chiên
Fried Vegetarian Spring Rolls

Bò xào cần tỏi
Fried Chicken Ginger

Rau muống xào tỏi
Sauteed Morning Glory

Cơm trắng
Steamed rice

Thạch chân châu
Cincau & Sago

ĂN MUỘN | SUPPER

Bánh sừng bò + TH Milk không đường
Croissant + TH Milk No Sugar

Bánh ngọt Cookies + TH Milk không đường
Assorted French Cookies + Fresh Milk TH

Ngũ cốc
Cereals + TH Milk No Sugar
+ Country Syrup + Honey

Bánh sừng đực thập cẩm
+ TH Milk không đường
Sandwiches + TH Milk No Sugar

THỰC ĐƠN KHỐI TRUNG HỌC | SECONDARY MENU

THỨ SÁU | FRIDAY
20/04/2018

THỨ BẢY | SATURDAY
21/04/2018

CHỦ NHẬT | SUNDAY
22/04/2018

ĂN SÁNG | BREAKFAST

Bánh bao thịt hấp
Steamed Dumplings

Ngũ cốc với sữa
Cereals with Fresh Milk

Cháo trắng + đồ ăn kèm
Plain Congee with Condiments

Hoa quả trong ngày
Fruits of the day

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

ĂN NHÉ BUỔI SÁNG | MORNING SNACK

Táo ta xanh
Green Apple

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

ĂN TRƯA | LUNCH

Các món ăn khai vị và quẩy sa lát tươi Appetizers and Refreshing Salads

Trứng cút luộc, đậu đỏ đậu trắng luộc,
chanh bổ cau
Boiled Quail Eggs, Steamed Kidney
Beans & White Kidney Bean, Lime
Wedges

Sa lát rau xanh tự chọn
Garden Green Salad 5 kinds with Choice
of Healthy Dressing and Condiments

Súp - Soups

Súp cua măng tây
Crab meat & Asparagus Soup

Món ăn chính - Main Course

Mực xào dưa chua
Stir Fried Squid with Pickled Mustards

Thịt bò ướp rán tái sốt nấm
Seared Beef with Mushrooms Sauce

Rau cải mè xào tỏi
Sauteed Minorities Brassica

Cơm trắng gạo sạch TH
Steamed Fragrant Rice

Tráng miệng - Desserts

Bánh ngọt thập cẩm
Assorted French Pastry

Hoa quả theo mùa
Seasonal FreshFruits

Sữa chua ăn TH không đường
TH Yoghurt without Sugar

ĂN NHÉ BUỔI CHIỀU | AFTERNOON SNACK

Hoa quả theo mùa
Seasonal FreshFruits

Sữa tươi TH không đường
TH Milk No Sugar

ĂN TỐI | DINNER DORM

Canh rau ngót thịt băm
Katuck with Minced Pork Soup

Cá kho tiêu
Fish Stewed

Gà rang gừng
Fried Crispy Chicken

Măng chua xào ớt
Fried Bamboo with Chili

Cơm trắng
Steamed rice

Chè lục tào xá hạt sen
Mung Bean Porridge

ĂN MUỘN | SUPPER

Bánh mì Pháp kẹp thịt + TH Milk không đường
French Baquette + Fresh Milk TH

- Bữa ăn sáng tại canteen / Breakfast in canteen: 7.40am to 8.00am
- Bữa ăn nhẹ sáng tại canteen / Morning snack in canteen: 9.30am to 9.50am
- Bữa ăn trưa tại canteen / Lunch in canteen: 12.40am to 13.40pm
- Bữa ăn nhẹ chiều tại canteen / Afternoon snacks in canteen: 3.0pm to 3.30pm
- Ăn tối ký túc xá tại canteen / Dinner dorm: 5.00pm to 6.00pm
- Ăn nhẹ muộn / Supper: 8.00pm to 9.00pm

* Thực đơn của từng ngày có thể thay đổi tùy theo mùa của các loại thực phẩm
The menu for the day may change depending on seasonality and availability of ingredients

