

# THỰC ĐƠN KHỐI MẦM NON KINDERGARTEN MENU

Tuần 4 | Week 4 (18/6 - 22/6/2018)



	THỨ HAI/MONDAY 18/6/2018	THỨ BA/TUESDAY 19/6/2018	THỨ TƯ/WEDNESDAY 20/6/2018	THỨ NĂM/THURSDAY 21/6/2018	THỨ SÁU/FRIDAY 22/6/2018
ĂN SÁNG BREAKFAST	"Bánh mì bơ mứt Breads with TH Butter and Jam"  "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"	"Miến gà băm viên Chicken Balls with Vermicelli"  "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"	"Bánh sừng bò kẹp trứng bác Croissant with Scramble Eggs"  "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"	"Phở mực viên Squid Balls 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"	"Bún chân giò dọc mùng Noodles in Pork Legs Broth"  "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	"Vải Lychee"  "Sữa chua ăn TH TH Milk No Sugar"	"Ổi Guava"  "Sữa chua ăn TH TH Milk No Sugar"	"Chuối chín Banana Ripe"  "Sữa chua ăn TH TH Milk No Sugar"	"Dưa lưới Cantelope Melon"  "Sữa chua ăn TH TH Milk No Sugar"	"Dưa lê Pear Melon"  "Sữa chua ăn TH TH Milk No Sugar"
ĂN TRƯA LUNCH	"Canh mướp nấu nấm rơm Fragrant Gourd in Mushroom Broth"  "Trứng cuộn rau chiên Gried Egg Omelette with Vegetables"  "Đậu phụ nhật chiên sả Fried Japanese Tofu with Lemon Grass"  "Bắp cải cuộn rau nướng Grilled Cabbage Rolls"  "Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice"  "Bánh ngọt Assorted French Pastry"	"Canh gà nấu dưa đậu bắp Pineapple & Okra in Chicken Broth"  "Cá ba sa kho Stewed Basa Fish"  "Gà om dưa chua Braised Chicken with Pickled Mustard"  "Rau thập cẩm nướng Grilled Vegetables"  "Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice"  "Bánh hoa quả nhỏ Fruits Tartlets"	"Canh cá chua cay Hot & Sour Fish Tom Yum Broth"  "Mực nhồi thịt nướng Grilled Stuffed Squid"  "Bò kho trứng cút củ cải Stewed Beef with Quail Egg & Radish"  "Cải thảo xào sốt trứng Stir Fried Chinese Cabbages"  "Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice"  "Bánh ngọt Assorted French Pastry"	"Súp đuôi bò Oxtail Soup"  "Tôm rang kim chi Simmered Prawn with Kim Chee"  "Lá tía tô bọc thịt heo chiên Perilla Herbs Wrapped with Minced Pork"  "Khoai lang bỏ cau chiên Sweet Potato Wedges"  "Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice"  "Kem Caramel Creme Caramel"	"Súp mần thần viên hẹ Wonton Broth"  "Cá ba sa sốt cà chua Braised Fish with Tomato Sauce"  "Gà sốt mật ong Chicken Legs in Honey Sauce"  "Cải chíp hấp gừng Steamed Bok Choy with Ginger Scented"  "Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice"  "Bánh ngọt Assorted French Pastry"
ĂN NHÉ BUỔI CHIỀU AFTERNOON SNACK	"Bánh Danish nho Mini Raisin Danish"  "Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar"	"Bánh bao thịt Steamed Pork Dumpling"  "Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar"	"Bánh su kem Choux Pastry"  "Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar"	"Cháo thịt heo trứng cút Pork & Quail Egg Congee"  "Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar"	"Bánh rán vừng Sesame Dumplings"  "Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar"
ĂN MUỘN LATE SNACK	"Bánh Danish nho Mini Raisin Danish"  "Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar"	"Bánh bao thịt Steamed Pork Dumpling"  "Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar"	"Bánh su kem Choux Pastry"  "Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar"	"Cháo thịt heo trứng cút Pork & Quail Egg Congee"  "Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar"	"Bánh rán vừng Sesame Dumplings"  "Sữa tươi TH không đường TH Milk No Sugar"

- 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 4 | Week 4 (18/6 - 22/6/2018)



	THỨ HAI/MONDAY 18/6/2018	THỨ BA/TUESDAY 19/6/2018	THỨ TƯ/WEDNESDAY 20/6/2018	THỨ NĂM/THURSDAY 21/6/2018	THỨ SÁU/FRIDAY 22/6/2018
ĂN SÁNG BREAKFAST	<p>"Bánh mì bơ mứt Breads with TH Butter and Jam"</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>"Miến gà băm viên Chicken Balls with Vermicelli"</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>"Bánh sừng bò kẹp trứng bác Croissant with Scramble Eggs"</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>"Phở mực viên Squid Balls 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>"Bún chân giò dọc mùng Noodles in Pork Legs Broth"</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>
ĂN NHÉ BUỔI SÁNG MORNING SNACK	<p>"Vải Lychee"</p> <p>"Sữa chua ăn TH TH Milk No Sugar"</p>	<p>"Ổi Guava"</p> <p>"Sữa chua ăn TH TH Milk No Sugar"</p>	<p>"Chuối chín Banana Ripe"</p> <p>"Sữa chua ăn TH TH Milk No Sugar"</p>	<p>"Dưa lưới Cantelope Melon"</p> <p>"Sữa chua ăn TH TH Milk No Sugar"</p>	<p>"Dưa lê Pear Melon"</p> <p>"Sữa chua ăn TH TH Milk No Sugar"</p>
ĂN TRƯA LUNCH	<p>"Sa lát trong ngày Salads of the day"</p> <p>"Canh mướp nấu nấm rơm Fragrant Gourd in Mushroom Broth"</p> <p>"Trứng cuộn rau chiên Gried Egg Omelete with Vegetables"</p> <p>"Đậu phụ nhật chiên sả Fried Japanese Tofu with Lemon Grass"</p> <p>"Bắp cải cuộn rau nướng Grilled Cabbage Rolls"</p> <p>"Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice"</p> <p>"Bánh ngọt Assorted French Pastry"</p>	<p>"Sa lát trong ngày Salads of the day"</p> <p>"Canh gà nấu dưa đậu bắp Pineapple &amp; Okra in Chicken Broth"</p> <p>"Cá ba sa kho Stewed Basa Fish"</p> <p>"Gà om dưa chua Braised Chicken with Pickled Mustard"</p> <p>"Rau thập cẩm nướng Grilled Vegetables"</p> <p>"Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice"</p> <p>"Bánh hoa quả nhỏ Fruits Tartlets"</p>	<p>"Sa lát trong ngày Salads of the day"</p> <p>"Canh cá chua cay Hot &amp; Sour Fish Tom Yum Broth"</p> <p>"Mực nhồi thịt nướng Grilled Stuffed Squid"</p> <p>"Bò kho trứng cút củ cải Stewed Beef with Quail Egg &amp; Radish"</p> <p>"Cải thảo xào sốt trứng Stir Fried Chinese Cabbages"</p> <p>"Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice"</p> <p>"Bánh ngọt Assorted French Pastry"</p>	<p>"Sa lát trong ngày Salads of the day"</p> <p>"Súp đuôi bò Oxtail Soup"</p> <p>"Tôm rang kim chi Simmered Prawn with Kim Chee"</p> <p>"Lá tía tô bọc thịt heo chiên Perilla Herbs Wrapped with Minced Pork"</p> <p>"Khoai lang bỏ cau chiên Sweet Potato Wedges"</p> <p>"Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice"</p> <p>"Kem Caramel Creme Caramel"</p>	<p>"Sa lát trong ngày Salads of the day"</p> <p>"Súp mần thần viên hẹ Wonton Broth"</p> <p>"Cá ba sa sốt cà chua Braised Fish with Tomato Sauce"</p> <p>"Gà sốt mật ong Chicken Legs in Honey Sauce"</p> <p>"Cải chíp hấp gừng Steamed Bok Choy with Ginger Scented"</p> <p>"Cơm trắng gạo sạch TH Steamed Fragrant Rice"</p> <p>"Bánh ngọt 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 4 | Week 4 (18/6 - 24/6/2018)

THỨ HAI | MONDAY  
18/6/2018

THỨ BA | TUESDAY  
19/6/2018

THỨ TƯ | WEDNESDAY  
20/6/2018

THỨ NĂM | THURSDAY  
21/6/2018

## ĂN SÁNG | BREAKFAST

"Bánh mì bơ mứt  
Breads with TH Butter and Jam"

"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"

"Miến gà băm viên  
Chicken Balls with Vermicelli"

"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"

"Bánh sừng bò kẹp trứng bác  
Croissant with Scramble Eggs"

"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"

"Phở mực viên  
Squid Balls 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"

## ĂN NHÉ BUỔI SÁNG | MORNING SNACK

"Vải  
Lychee"

"Sữa chua ăn TH  
TH Milk No Sugar"

"Ổi  
Guava"

"Sữa chua ăn TH  
TH Milk No Sugar"

"Chuối chín  
Banana Ripe"

"Sữa chua ăn TH  
TH Milk No Sugar"

"Dưa lưới  
Cantelope Melon"

"Sữa chua ăn TH  
TH Milk No Sugar"

## ĂN TRƯA | LUNCH

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

"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 ướp nấu nấm rơm  
Fragrant Gourd in Mushroom Broth"

### Món ăn chính - Main Course

"Trứng cuộn rau chiên  
Gried Egg Omelete with Vegetables"

"Đậu phụ nhật chiên sả ớt  
Fried Japanese Tofu with Lemon Grass & Chili"

"Bắp cải cuộn rau nướng  
Grilled Cabbage Rolls"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

### Tráng miệng - Desserts

"Chè khoai môn  
Taro Sweet Deserts"

"Hoa quả thập cẩm  
Fresh Fruits Platter"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

### 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 gà nấu dưa đậu bắp  
Pineapple & Okra in Chicken Broth"

### Món ăn chính - Main Course

"Cá bống kho tiêu  
Stewed Goby Fish with Green Pepper-corns"

"Gà om dưa chua  
Braised Chicken with Pickled Mustard"

"Rau thập cẩm nướng  
Grilled Vegetables"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

### Tráng miệng - Desserts

"Chè bưởi  
Pomelo Sweet Deserts"

"Hoa quả thập cẩm  
Fresh Fruits Platter"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

### 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 cá chua cay  
Hot & Sour Fish Tom Yum Broth"

### Món ăn chính - Main Course

"Mực nhồi thịt nướng  
Grilled Stuffed Squid"

"Bò kho trứng cút củ cải  
Stewed Beef with Quail Egg & Radish"

"Cải thảo xào sốt trứng  
Stir Fried Chinese Cabbages"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

### Tráng miệng - Desserts

"Chè đậu đỏ  
Red Bean Sweet Deserts"

"Hoa quả thập cẩm  
Fresh Fruits Platter"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

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

"Sa lát Nga  
Russian Salads"

"Sa lát cải xoong  
Watercress, Apple, Pinenuts & Pancetta Salad"

"Sa lát đậu với táo  
Kidney Beans with Apple 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"

"Súp đuôi bò  
Oxtail Soup"

### Món ăn chính - Main Course

"Tôm rang kim chi  
Simmered Prawn with Kim Chee"

"Lá tía tô bọc thịt heo chiên  
Perilla Herbs Wrapped with Minced Pork"

"Khoai lang bồ cau chiên  
Sweet Potato Wedges"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

### Tráng miệng - Desserts

"Bánh chanh leo  
Passion Mouse Cake"

"Hoa quả thập cẩm  
Fresh Fruits Platter"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

## ĂN NHÉ BUỔI CHIỀU | AFTERNOON SNACK

"Hoa quả thập cẩm  
Fresh Fruits Platter"

"Sữa tươi TH  
TH School Milk"

"Hoa quả thập cẩm  
Fresh Fruits Platter"

"Sữa tươi TH  
TH School Milk"

"Hoa quả thập cẩm  
Fresh Fruits Platter"

"Sữa tươi TH  
TH School Milk"

"Hoa quả thập cẩm  
Fresh Fruits Platter"

"Sữa tươi TH  
TH School Milk"

## ĂN TỐI | DINNER - BOARDING

"Canh dưa nấu lạc đậu phụ  
Pickled Mustard with Tofu in Tomato Broth"

"Nem rau kiểu Việt Nam chiên giòn  
Vegetables Fried Spring Rolls"

"Nấm chiên mè  
Fried Mushrooms Fritter with Sesame"

"Rau cải ngồng xào trứng muối  
Stir fried Choy Sum with Salted Egg"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

"Canh cải xanh cá rô  
Green Mustard with Ananas Broth"

"Chả cá thát lát sốt tiêu  
Braised Fish Cakes"

"Sườn heo nướng riềng mẻ  
Stuffed Beancurd Tomato"

"Rau su su xào  
Stir fried mixed vegetables"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

"Canh thịt nạc nấu chua  
Sour Pork Broth"

"Mực ống sốt me  
Sauteed Squid with Tamarind Sauce"

"Thịt gà xiên sả ớt  
Grilled Chicken with Lemongrass & Chili on Skewers"

"Rau bắp cải luộc  
Steamed Cabbages"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

"Canh rau ngót giò sống  
Katuk with Pork Paste Broth "

"Cá hấp tam cấp  
Steam Fish with mushrooms and Pork Terrine"

"Thịt heo lá lốt  
Pork Wrapped in Wild Pepper Leaf"

"Rau giá xào mướp  
Wok fried Bean Sprouts with Gourds"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

## ĂN MUỘN | SUPPER

"Bánh Quiche  
Quiche Lorraine"

"Bánh kem chanh leo  
Passion Fruits Cake"

"Bánh ngọt Cookies  
Assorted French Cookies + Fresh Milk TH"

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



# THỰC ĐƠN KHỐI TRUNG HỌC | SECONDARY MENU

THỨ SÁU | FRIDAY  
22/6/2018

THỨ BẢY | SATURDAY  
23/6/2018

CHỦ NHẬT | SUNDAY  
24/6/2018

## ĂN SÁNG | BREAKFAST

"Bún chân giò dọc mừng  
Noodles in Pork Legs Broth"

"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"

"Mỳ tôm bò  
Noodles with Beef "

"Hoa quả trong ngày  
Fruits of the day"

"Sữa tươi TH không đường  
TH Milk No Sugar"

"Xôi thịt kho tàu  
Sticky Rice and Braised Pork"

"Hoa quả trong ngày  
Fruits of the day"

"Sữa tươi TH không đường  
TH Milk No Sugar"

## ĂN NHÉ BUỔI SÁNG | MORNING SNACK

"Dưa lê  
Pear Melon"

"Sữa chua ăn TH  
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 mần thần viên hẹ  
Wonton Broth"

**Món ăn chính - Main Course**  
"Cá trắm sốt cà chua  
Braised Fish with Tomato Sauce"

"Gà sốt mật ong  
Chicken Legs in Honey Sauce"

"Cải chíp hấp gừng  
Steamed Bok Choy with Ginger Scented"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

**Tráng miệng - Desserts**  
"Chè xoài chân châu  
Sago & Mango Sweet Deserts"

"Hoa quả thập cẩm  
Fresh Fruits Platter"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

### Súp - Soups

"Canh rau cải nấu tôm khô  
Green Brassica in Dried Prawn Broth"

**Món ăn chính - Main Course**  
"Hải sản om đậu phụ  
Stewed Seafood with Beancurds"

"Trứng rán ốp la  
Fried Egg"

"Cà tím xào lợn băm  
Stir Fried Eggplant with Minced Pork"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

**Tráng miệng - Desserts**  
"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

### Súp - Soups

"Canh đậu trắng nấu thịt gà  
White Kidney Bean in Chicken Broth"

**Món ăn chính - Main Course**  
"Chả mực  
Fried Squid Cake Home-made"

"Lợn vai xá xíu  
Pork Charxiu"

"Mồng tơi xào  
Stir Fried Malaba Spinach"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

**Tráng miệng - Desserts**  
"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

## ĂN NHÉ BUỔI CHIỀU | AFTERNOON SNACK

"Hoa quả thập cẩm  
Fresh Fruits Platter"

"Sữa tươi TH  
TH School Milk"

## ĂN TỐI | DINNER - BOARDING

"Canh mùng tơi tôm khô  
Local Spinach with Dried Prawns Broth"

"Đậu phụ rán tẩm hành  
Fried Beancurd"

"Thịt heo hấp cá muối  
Steamed Minced Pork with Salted Fish"

"Rau khoai lang luộc  
Steamed Sweet Potato Leaf"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

"Canh cà tím bung  
Eggplant Soup"

"Tôm rang  
Simmered Prawns"

"Gà quay  
Roasted Chicken"

"Hoa lơ xanh luộc  
Steamed Broccoli"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

"Canh khoai tây nấu sườn cụt  
Potato and Pork Ribs Soup"

"Cá hấp nấm  
Steamed Fish with Black Mushrooms"

"Bò nướng sả ớt  
Grilled Beef"

"Dưa xào cà chua  
Stir Fried Pickles Mustards"

"Cơm trắng gạo sạch TH  
Steamed Fragrant Rice"

"Sữa chua ăn TH  
TH Yoghurt"

## ĂN MUỘN | SUPPER

"Bánh mì Pháp  
French Baquette + Fresh Milk TH + Butter TH Portion"

"Bánh San ụch  
Assorted Sandwiches"

"Bánh mì  
Hard Rolls & Soft Rolls +Fresh Milk TH + Butter TH Portion"

- 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