

LUNCH MENU

OCTOBER 2024



Tue 1

Rice Vermicelli with Shredded Chicken Clear Soup | Veggie Fries | Fruit

เส้นหมี่น้ำใสไก่ฉีก | ผักชุบแป้งทอด | ผลไม้

Wed 2

Japanese Rice | Salmon Teriyaki | Miso Soup | Fruit

ข้าวญี่ปุ่น | แซลมอนเทอริยากิ | ซุปมิโซะ | ผลไม้

Thu 3

Rice | Stir-Fried Snow Peas with Chicken | Clear Soup with Omelet | Fruit

ข้าวสวย | ผัดถั่วงอกไก่ | แกงจืดไข่น้ำ | ผลไม้

Fri 4

Spaghetti Bolognese | Eggs Salad | Fruit

สปาเก็ตตี้โบโลเนส | สลัดไข่ต้ม | ผลไม้

Mon 7

Rice | Stir-Fried Chicken with Garlic | Stuffed Cucumber Clear Soup | Fruit

ข้าวหอมมะลิ | ไก่ผัดกระเทียม | แกงจืดแตงกวายัดไส้ไก่สับ | ผลไม้

Tue 8

Rice Noodles with Stewed Chicken | Boiled Eggs | Fruit

เส้นเล็กไก่ตุ๋น | ไข่ต้ม | ผลไม้

Wed 9

Japanese Rice | Steamed Saba with Soy Sauce | Vegetable Egg Drop Soup | Fruit

ข้าวญี่ปุ่น | ซาบะต้มซีอิ๊ว | ซุปผักใสไข่ | ผลไม้

Thu 10

Rice | Chicken Drumsticks Tom Yum Soup | Stir-Fried Zucchini with Eggs | Fruit

ข้าวหอมมะลิ | ต้มข่าไก่ | บวบผัดไข่ | ผลไม้



SEP STUDENTS

Tue 15

Wide Rice Fish Noodles in Red Bean Curd Sauce Soup (Yentafo) | Fried Wonton With Minced Chicken | Fruit

เส้นใหญ่เย็นตาโฟลูกชิ้นปลา | เกี๊ยวทอดไส้ไก่สับ | ผลไม้

Wed 16

Japanese Rice | Chicken Hamburg | Seaweed soup | Fruit

ข้าวญี่ปุ่น | ฮัมเบอร์ไก่ | ซุปสาหร่าย | ผลไม้

Thu 17

Rice | Fish Cakes | Broccoli with Chicken Soup | Fruit

ข้าวหอมมะลิ | ทอดมันปลา | แกงจืดบรอกโคลีไก่สับ | ผลไม้

Fri 18

Rice with Roast Chicken | Vegetable Clear Soup | Fruit

ข้าวไก่อบ | ซุปใสผักรวม | ผลไม้

Mon 21

Rice | Stir-Fried Beef with Basil | Cabbage Clear Soup with Tofu | Fruit

ข้าวหอมมะลิ | กะเพราเนื้อสับ | แกงจืดผักกาดขาวเต้าหู้ไข่ | ผลไม้

Tue 22

Chinese Noodles with Chicken Soup | Deep-Fried Chicken Rolls | Fruit

เกี๊ยมอีไก่ | ไก่จ้อ | ผลไม้

Thu 24

Rice | Chicken Green Curry | Stir-Fried Pumpkin with Egg | Fruit

ข้าวหอมมะลิ | แกงเขียวหวานไก่ | ฟักทองผัดไข่ | ผลไม้

Fri 25

Spaghetti Carbonara | French Fries | Fruit

สปาเก็ตตี้คาโบนาร่า | มันฝรั่งทอด | ผลไม้

Snack Break Menu



Mon	Thai Desserts ขนมหวานแบบไทยๆ	UHT Plain Milk นมจืด
Tue	Sandwiches แซนวิชต่างๆ	Yoghurt Drink นมโยเกิร์ต
Wed	Pie/Tart/Croissant พาย/ทาร์ต/ครัวซองต์	Fruit Juice 100% น้ำผลไม้ 100%
Thu	Muffin/Cake/Roll มัฟฟิน/เค้ก/ขนมโรล	UHT Plain Milk นมจืด
Fri	Assorted Crackers แครกเกอร์หลากหลาย	Ovaltine/Chocolate Milk โอวัลติน/นมช็อคโกแลต

Please note that menu items may change or become unavailable at certain times.

ทางโรงเรียนอาจมีความจำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงรายการอาหารบางอย่าง เนื่องจากวัตถุดิบขาดตลาด หรือไม่เพียงพอ

Special menus are provided to accommodate students with food allergies and specific dietary needs.

ทางโรงเรียนมีการจัดเตรียมเมนูอาหารพิเศษสำหรับนักเรียนที่แพ้อาหารบางประเภทและนักเรียนที่มีความต้องการทางโภชนาการจำเพาะ

