



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



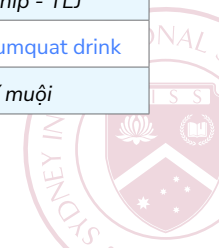
OCTOBER MENU

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	Pork, quail egg with macaroni soup	Fish cake with dried rice pancake noodles	Chicken "Quang" noodles	"Nam Vang" noodles
		Bún bò Huế	Nui nấu thịt, trứng cút	Bánh đa nấu chả cá	Mì quảng gà	Hủ tiếu Nam Vang
	Option 2 Lựa chọn 2	Assorted meats sticky rice	Meatball & bread	Broken rice with pork	Grilled sausage with vermicelli noodles	Steamed pork dumpling
		Xôi nắm đồng cô	Xíu mại & bánh mì	Cơm tấm thịt áp chảo	Bún nem nướng	Bánh bao
DRINK Đồ uống	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	Fresh milk	
	Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	Sữa tươi	
LUNCH Bữa trưa	MAIN DISH 1 Món chính 1	Tofu stuffed with minced pork and tomato sauce	Crispy-fried squid	Fried fish with lemongrass	Meat patties with garlic butter sauce	Broken rice with pork chop and egg
		Đậu hũ dồn thịt sốt cà	Mực vòng	Cá phi lê chiên sả	Chả thịt sốt bơ tỏi	Cơm tấm sườn cốt lết trứng ốp la
	MAIN DISH 2 Món chính 2	Fried pork belly with kumquat, lemongrass	Braised chicken with ginger	Stewed pork rib with white beans	Ham omelette	Chicken nugget & macaroni cream sauce
		Thịt heo chiên lắc sả tắc	Gà kho gừng	Thịt heo sườn non nấu đậu	Trứng cuộn jambon	Ức gà & nui sốt kem
	VEGETABLE DISHES Món rau	Morning glory	Sauteed peas and corn	Boiled sponge gourd	Sauteed choy sum	Boiled vegetable
		Rau muống xào tỏi	Đậu Hà Lan và bắp xào	Bầu luộc	Cải ngọt xào	Rau ăn kèm trong món ăn
	VIETNAMESE SOUP Canh	Clear vegetable soup	Clear bok choy soup	Sweet & sour cabbage soup	Clear pumpkin soup	Clear chayote, carrot soup
		Canh khoai tây, cà rốt	Canh cải thìa	Canh chua bắp cải	Canh bí đỏ	Canh su su, cà rốt
	SALAD Rau	Boiled corn	Vinegar salad	Boiled vegetable & sauce	Vinegar salad	Cocktail sauce salad
		Bắp Mỹ cắt khoanh	Salad dầu giấm	Rau củ luộc & kho quẹt	Salad dầu giấm	Salad sốt cocktail
	DESSERT Tráng miệng	Fresh fruit	Fresh fruit	Fresh fruit	Fresh fruit	Flan
		Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Bánh flan
AFTERNOON SNACK Bữa xế	SNACK Món ăn nhẹ	Cereal & banana	Crab soup	Sauteed noodles	Kimbap	Choco Chip
		Ngũ cốc & chuối	Súp cua	Mì xào	Cơm cuộn	Bánh Choco Chip - TLJ
	DRINK Đồ uống	Fresh milk (less sugar)	Fruit juice	Orange juice	Herbal tea	Salted apricot & kumquat drink
		Sữa tươi (ít đường)	Nước Vfresh	Nước cam	Nước sâm	Nước tắc xí muội





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		MAIN DISH 2 Món chính 2
		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 & đùi gà</i>
		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 & mì trộn rau củ</i>
		VEGETABLE DISHES Món rau	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	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>
		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>
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 nấm bào 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	
	<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 & 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 & 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>