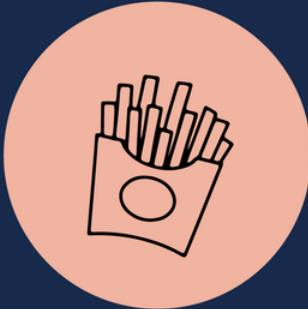


SCHOOL MENU | Y4 - Y6 MENU

1	Thứ 2/ Mon 10/8	Thứ 3/ Tue 11/8	Thứ 4/ Wed 12/8	Thứ 5/ Thu 13/8	Thứ 6/ Fri 14/8
Lunch	Option 1			Gà nướng sốt cam sả Grilled chicken w orange sauce 	Cá chiên sả nghệ Lemongrass fish 
	Option 2			Thịt heo xay nấu khoai tây Braised pork mince w potato 	Thịt heo nướng sốt cà chua Grilled pork w tomato 
	Option 3			Miến xào thịt bò Stir-fried glass noodles w beef 	Mì Quảng gà  Chicken noodles soup 
	Option 4			Tôm ram trứng cút Stir-fried shrimp w quail egg  	Đậu hũ non sốt thịt xay  Tofu w meat sauce 
	Veggie Option			Cơm gạo lức nấm kho Brown rice mushroom	Cơm chiên chay  Veggie fried rice
	Rice			Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
	Soup			Canh cải xanh tôm Mustard green soup w shrimp 	Canh cà chua trứng  Tomato egg soup
	Vegetables			Đậu que luộc Boiled green bean	Mướp hương xào giá Stir fried lufa and bean sprouts
	Salad			Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar
DESSERT				Dưa hấu Watermelon	Đu đủ Papaya

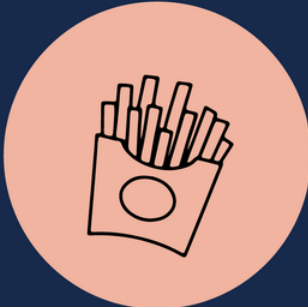
ALLERGEN ICON	
Dairy (Chế phẩm Sữa) 	Gluten (Lúa Mì) 
Seasame (Hạt Mè) 	Soy Bean (Đậu Nành) 
Fish (Các Loại Cá) 	Egg (Trứng) 
Beef (Thịt Bò) 	Chicken (Thịt Gà) 
Seafood (Hải Sản) 	Pork (Thịt Heo) 



SCHOOL MENU | Y4 - Y6 MENU

2		Thứ 2 /Mon 17/8	Thứ 3/Tue 18/8	Thứ 4/Wed 19/8	Thứ 5/Thu 20/8	Thứ 6/Fri 21/8
Lunch	Option 1	Thịt heo sốt chanh sả Stir-fried pork lemongrass	Chả trứng thịt heo Steamed egg w pork	Gà hấp mắm tỏi Steamed Chicken w fish sauce	Tôm rau củ xào sốt cam Stir-fried shrimp w orange sauce	Gà hầm rau củ Stewed chicken w vegetables
	Option 2	Cá diêu hồng chưng tương Red tilapia fish w salted soy	Sườn cốt lết nướng Grilled pork chop	Bò nấu nấm Braised beef w mushroom	Cá sốt chua ngọt Sweet and sour fish	Bò xào khoai tây Stir-fried beef w potato
	Option 3	Bún gạo xào trứng Stir-fried rice noodles w egg	Nui xào thịt bò Stir-fried macaroni w beef	Bánh cuộn kiểu Mỡ thịt heo Pork burrito	Mì Ý sốt thịt bò Spaghetti beef sauce	Mì hoành thánh thịt heo Wonton soup
	Option 4	Gà nướng sốt cà ry Grilled chicken w curry sauce	Tôm rim ớt Đà Lạt Sautéed Shrimp w bell pepper	Cá lóc kho khế Braised fish star fruit	Gà phi lê nướng sốt Teriyaki Grilled chicken w Teriyaki	Trứng cuộn rau Rolled egg w veggies
	Veggie Option	Ra gu chay bánh mì Stewed vegetable w bread	Đậu hũ kho nấm rơm Tofu and mushroom	Súp đậu chay kèm bánh mì Lentil soup w garlic bread	Đậu hũ sốt hành Tofu w onion sauce	Bánh cuộn chay Veggie wrap
	Rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
	Soup	Canh mồng tơi ướp thịt heo Luffa and spinach w pork soup	Canh cải thảo thịt gà Long cabbaged w chicken	Canh đu đủ thịt heo Papaya soup w pork	Canh rong biển đậu hũ Seaweed w tofu soup	Canh lagim nấu thịt Vegetable soup w pork
	Vegetables	Su su luộc Boiled chayote	Đậu que luộc Boiled green bean	Cải ngọt xào Boiled Leaf mustard	Bầu luộc Boiled squash	Cải thảo luộc Boiled long cabbages.
	Salad	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar
DESSERT		Dưa lưới Melon	Đu đủ Papaya	Thanh long Dragon fruit	Dưa lưới Melon	Chuối Banana

ALLERGEN ICON	
Dairy (Chế phẩm Sữa) 	Gluten (Lúa Mì) 
Seasame (Hạt Mè) 	Soy Bean (Đậu Nành) 
Fish (Các Loại Cá) 	Egg (Trứng) 
Beef (Thịt Bò) 	Chicken (Thịt Gà) 
Seafood (Hải Sản) 	Pork (Thịt Heo) 



SCHOOL MENU | Y4 - Y6 MENU

3		Thứ 2 /Mon 24/8	Thứ 3/Tue 25/8	Thứ 4/Wed 26/8	Thứ 5/Thu 27/8	Thứ 6/Fri 28/8 International Day
Lunch	Option 1	Gà hấp sốt Thái Steamed chicken 	Cá nướng sốt me Pan-fried fish w tamarind sauce 	Ức gà nướng sốt bơ chanh Lemon garlic butter chicken  	Cá basa chiên sốt cà Fried fish tomato sauce 	Cà ry bò kiểu Nhật Japanese Beef curry 
	Option 2	Bò lúc lắc Stir-fried beef w bell peppers 	Trứng chiên phô mai Cheese omelet  	Thịt heo hầm rau củ Pork stew w vegetables 	Thịt heo xào thơm Braised pork pineapple 	Thịt heo chiên xù Tonkatsu pork  
	Option 3	Hủ tiếu mềm thập cẩm Stir-fried rice noodles	Bánh mì xíu mại Meatball in tomato w bread	Mì xào trứng, tôm Stir-fried noodles w shrimp and egg	Bánh mì sốt thịt bò phô mai Sloppy joe	Bánh xèo bạch tuộc Octopus Takoyaki  
	Option 4	Tôm xào bông cải Stir fried shrimp w broccoli 	Gà kho gừng Braised ginger chicken 	Đậu hũ thịt viên sốt dầu hào Tofu w meat ball in oyster sauce  	Gà nướng sốt hosin Grilled chicken w hoisin sauce 	Trứng hấp kiểu Nhật Chawanmushi 
	Veggie Option	Đậu hũ chiên sả Lemongrass tofu 	Bún gạo lức xào chay Stir-fried noodles 	Bánh kếp chay Veggie burger  	Miến trộn chay Mixed glass noodles 	Mì Yakisoba xào chay Stir-fried Yakisoba  
	Rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
	Soup	Canh cà chua trứng Tomato egg soup 	Canh bầu nấu tôm Squash soup w shrimp 	Canh chua chả cá Sweet & sour soup w fish cake 	Canh mướp nấm đậu hũ Luffa and mushoom tofu soup 	Canh rong biển đậu hũ Seaweed w tofu soup 
	Vegetables	Su hào xào Sautéed cabbages turnip	Cải ngọt xào Boiled Leaf mustard	Cải thảo luộc Boiled long cabbages	Rau muống xào tỏi Water spinach with garlic	Bắp cải xào Stir fried cabbages
	Salad	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar	Quầy salad tự chọn Salad bar
DESSERT		Thanh long Dragon fruit	Dưa hấu Watermelon	Chuối Banana	Mận An Phước Water apple	Thanh long Dragon fruit

ALLERGEN ICON	
Dairy (Chế phẩm Sữa) 	Gluten (Lúa Mì) 
Seasame (Hạt Mè) 	Soy Bean (Đậu Nành) 
Fish (Các Loại Cá) 	Egg (Trứng) 
Beef (Thịt Bò) 	Chicken (Thịt Gà) 
Seafood (Hải Sản) 	Pork (Thịt Heo) 

