

SECONDARY MENU

THỰC ĐƠN CHO HỌC SINH TRUNG HỌC

WEEK 1 TUẦN 1	MONDAY THỨ 2 (11/08)	TUESDAY THỨ 3 (12/08)	WEDNESDAY THỨ 4 (13/08)	THURSDAY THỨ 5 (14/08)	FRIDAY THỨ 6 (15/08)
BREAKFAST <i>Bữa sáng</i> 7:30 AM			"Quang" noodles Mì Quảng	"Nam Vang" noodles Hủ tiếu Nam Vang	Chicken, quail egg with rice noodles Bánh canh bột gạo nấu gà xé, trứng cút
			Fresh Milk Sữa tươi Anchor	Fresh Milk Sữa tươi Anchor	Fresh Milk Sữa tươi Anchor
LUNCH <i>Bữa trưa</i> 11:15 AM			Sweet & sour soup Canh chua bạc hà	Clear winter melon soup Canh bí xanh	Vegetable soup Canh rau củ
			Fried chicken drumstick with pink sauce Đùi gà chiên giòn sốt hồng kim	Pork balls with saltegg sauce Thịt heo xú mại sốt hoàng kim	Sauteed beef with onion Bò xào hành tây
			Braised pork with quail egg Thịt kho trứng cút	Braised fish with fish sauce Cá basa kho	Mayo Seafood ball Viên hải sản sốt mayo chiên chấm tương cà
			Steamed rice Cơm trắng	Steamed rice Cơm trắng	Steamed rice Cơm trắng
			Boiled sponge gourd Bầu luộc	Morning glory Rau muống xào tỏi	Boiled bok choy Cải thìa luộc
			Watermelon Dưa hấu	Dragon fruit Thanh long	Banana Chuối cau
SUPPER <i>Ăn chiều</i> 14:00 PM			Fried macaroni with egg, sausage Nui chiên trứng, xúc xích đu đủ	Sticky rice Xôi mặn gà xé roty	Steamed pork buns Bánh bao
			Fresh Milk Sữa tươi Anchor	Fresh Milk Sữa tươi Anchor	Fresh Milk Sữa tươi Anchor

SECONDARY MENU

THỰC ĐƠN CHO HỌC SINH TRUNG HỌC

WEEK 2 TUẦN 2	MONDAY THỨ 2 (18/08)	TUESDAY THỨ 3 (19/08)	WEDNESDAY THỨ 4 (20/08)	THURSDAY THỨ 5 (21/08)	FRIDAY THỨ 6 (22/08)
BREAKFAST <i>Bữa sáng</i> 7:30 AM	Roast chicken with egg noodles <i>Mì gà tiềm</i>	Meatloaf with rice noodles <i>Bún gạo nấu mọc</i>	Beef "Pho" noodles <i>Phở bò nạm</i>	Chicken with glass noodles <i>Miến măng gà</i>	Crab & meatloaf noodles <i>Bún riêu</i>
	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>
LUNCH <i>Bữa trưa</i> 11:15 AM	Egg and tomato soup <i>Canh mây</i>	Ceylan spinach, sponge gourd soup <i>Canh rau dền, mướp</i>	Seaweed soup <i>Canh rong biển</i>	Spinach soup <i>Canh mồng tơi</i>	Clear pumpkin soup <i>Canh bí đỏ</i>
	Steamed fish Hong Kong style <i>Cá phi lê hấp kiểu Hong Kong</i>	Fried chicken with honey sauce <i>Gà chiên giòn sốt mật ong</i>	Pork patties with Gravy sauce <i>Thịt heo miếng sốt Gravy</i>	Spanish omelettes <i>Trứng cuộn thanh cua kiểu Tây Ban Nha</i>	Stewed chicken with white beans <i>Gà nấu đậu</i>
	Braised pork belly with salted cabbage <i>Ba rọi kho cải chua</i>	Sauteed seafood with sweet & sour sauce <i>Hải sản xào chua ngọt</i>	Simmered fish cake with fish sauce <i>Chả cá rim mặn ngọt</i>	Grilled fish with Teriyaki sauce <i>Cá nướng sốt Teriyaki</i>	Fried pork belly with sesame seed <i>Thịt heo chiên sốt mè</i>
	Steamed rice <i>Cơm trắng</i>	Steamed rice <i>Cơm trắng</i>	Steamed rice <i>Cơm trắng</i>	Steamed rice <i>Cơm trắng</i>	Steamed rice <i>Cơm trắng</i>
	Sauteed green bean <i>Đậu cove xào</i>	Sauteed cabbage <i>Bắp cải xào</i>	Sauteed cauliflower, carrot <i>Bông cải, cà rốt luộc</i>	Sauteed peas and corn <i>Đậu hà lan và bắp xào</i>	Sauteed choy sum <i>Cải ngọt xào</i>
	Watermelon <i>Dưa hấu</i>	Banana <i>Chuối cau</i>	Dragon fruit <i>Thanh long</i>	Yogurt <i>Sữa chua</i>	Rockmelon <i>Dưa lưới</i>
SUPPER <i>Ăn chiều</i> 14:00 PM	Burger jambon with mayo <i>Burger kẹp jambon mayo</i>	Fish cake, Beef ball and quail egg <i>Cá viên, bò viên, trứng cút chiên</i>	Sauteed yellow noodle with assorted meats <i>Mì trứng xào tam tở</i>	Corndog <i>Corndog xúc xích</i>	Pork floss buns <i>Bánh chà bông kẹp - MM</i>
	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>

SECONDARY MENU

THỰC ĐƠN CHO HỌC SINH TRUNG HỌC

WEEK 3 TUẦN 3	MONDAY THỨ 2 (25/08)	TUESDAY THỨ 3 (26/08)	WEDNESDAY THỨ 4 (27/08)	THURSDAY THỨ 5 (28/08)	FRIDAY THỨ 6 (29/08)
BREAKFAST <i>Bữa sáng</i> 7:30 AM	Fish noodles soup Bún cá Hải Phòng	Pork ribs with macaroni Nui nấu thịt heo sườn non	"Hue" noodles Bún bò Huế	Chicken "Pho" Phở gà	Fish with rice noodle Bánh canh thịt heo
	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>
LUNCH <i>Bữa trưa</i> 11:15 AM	Yam soup Canh khoai mỡ	Clear winter melon soup Canh bí xanh	Cabbage soup Canh cải thảo cà rốt	Sweet & sour glory morning soup Canh chua rau muống nấu tôm	BUFFET
	Chicken with corn, butter sauce Đùi gà sốt bơ bắp	Sauteed pork with lemongrass Thịt heo xào sả	Stew beef with vegetables Bò hầm rau củ	Braised shrimp with pork Tôm rim thịt	
	Egg & Crab filament stick meat loaf Chả trứng hấp thịt khoai môn	Braised fish with pineapple Cá kho thơm	Tofu and pork with tomato sauce Đậu hũ dồn thịt sốt cà	Pan-fried fish with apple sauce Cá phi lê áp chảo sốt táo	
	Steamed rice Cơm trắng	Steamed rice Cơm trắng	Steamed rice Cơm trắng	Steamed rice Cơm trắng	
	Boiled bok choy Cải thìa luộc	Morning glory Rau muống xào tỏi	Bean sprouts and mushroom Giá xào nấm	Sauteed chayote Su su xào	
	Banana Chuối cau	Rockmelon Dưa lưới	Green bean sweet soup Chè đậu xanh nha đam đá đường	Watermelon Dưa hấu	
SUPPER <i>Ăn chiều</i> 14:00 PM	Assorted meats with rice noodles Hủ tiếu xào kiểu Thái	Dimsum Há cảo hấp	Egg buns Hotdog kẹp trứng ốp la	Kimbab Cơm cuộn	Mixed fruits & Yogurt Sữa chua trái cây
	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>	Fresh Milk <i>Sữa tươi Anchor</i>