



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week2 08-12/06/2026		Morning Snack				All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ซีเรียล Cereal	มินิคูกี้โอรีโอ Mini Cookies Oreo	กล้วยไข่ Banana	โกโก้ครั้นช์ Koko Krunch	แครกเกอร์ Crackers	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week2 08-12/06/2026		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	เลย์เยอร์เค้กใบเตย Pandan Layer cake	ทาร์ตไข่ Egg tart	แซนด์วิชช็อคโกแลต Chocolate sandwich	พายวนิลา Vanila Pie	โรลเค้ก Roll Cake	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week2 08-12/06/2026		Lunch				Early Year
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice ข้าวผัดไส้กรอกไก่ Fried Rice with Chicken sausage	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice ข้าวผัดแฮม Fried Rice with Chicken Ham	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	
Main Dish 1 Western	สเต็กหมูซอสซาปาปิก้า Pork Steak with Salsa Paprika	Mac & Cheese	Fish & Chip	ผักโขมอบชีส Baked Spinach with Cheese	ผัดผักวางดั่งแครอท Stir Fried Bok Choy and Carrot	
Main Dish 2 Thai/Asian	ผัดบล็อกโคลี่ Stir Fried Broccoli	มีทบอลหมู Pork Meatballs	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ไก่ทอดน้ำปลา Fried chicken with fish sauce	ไก่ย่าง Roasted Chicken	
Hot soup / Noodle	แกงจืดหัวไชเท้าใส่หมูสับ White Radish with Pork	แกงจืดสาหร่ายหมูสับ Seaweed soup with minced chicken	มิโซะซุ๊ป Miso Soup	ซุ๊ปไก่มันฝรั่ง Potato Soup with chicken	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Egg	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น Japanese Steamed eggs	ไข่เจียว Thai Omelets	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham Sandwich	Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	Ham Sandwich	Cheese Sandwich	

Seasonal Fruits/Salad bar



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR Y1-Y13 STUDENT



Week2 08-12/06/2026		Lunch				Primary/Secondary
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดไส้กรอกไก่ Fried Rice with Chicken sausage	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดกระเทียม Fried rice with garlic	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวเหนียว Sticky Rice	
Vegetarian	เต้าหู้ทอดซอสเทริยากิ Fried Tufu with Teriyaki sauce	ผัดบวบใส่ไข่ Stir Fried zucchini with Egg	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ผัดดอกกะหล่ำขาว Stir fried cauliflower	ผัดผักกวางตุ้งแครอท Stir Fried Bok Choy and Carrot	
Vegetable	Broccoli/ Mushroom/ Carrot	Long bean /Cauliflower/ Carrots	Broccoli/ Mushrooms/ Carrots	Broccoli / Baby corn/ Carrots	Long bean /Cauliflower/ Carrots	
Egg-based Dish	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่นึ่งญี่ปุ่น Japanese Steamed eggs	ไข่เจียว Thai Omelets	
Main Dish 1 Western	สเต็กหมูซลซาปาปิกา Pork Steak with Salsa Paprika	มีทบอลหมู Pork Meatballs	Fish & Chip	พาสต้าเพสโตซอสแฮมไก่ Pasta pesto sauce with Chicken ham	ไก่ย่าง น้ำจิ้มแจ่ว Roasted Chicken	
Main Dish 2 Thai/Asian	ปลาทอดผัดซอสสามรส Fried Fish with Three-Flavored Sauce	ไก่ทอดซอสยั้งนยวม Yang-Nyeom Chicken	ไก่ผัดขิง Stir-fried chicken with ginger	ไก่ทอดน้ำปลา Fried chicken with fish sauce	ลาบหมู Spicy minced pork salad	
Hot Soup	แกงเขียวหวานไก่ Green Curry with Chicken	ต้มยำไก่บ้าน Tom-Yum Chicken	มิโซะซุ๊ป Miso Soup	ซุ๊ปไก่มันฝรั่ง Potato Soup with chicken	ต้มข่าไก่ Tom Kha Gai (Thai Coconut Chicken Soup)	
Noodle Station	ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กลูกชิ้นหมู Pork Ball Noodle Soup	เย็นตาโฟ Pink Noodle Soup (Yen Ta Fo)	อุด้ง Udom	ราดหน้าหมู Noodles with Pork in Gravy Sauce (Rad-Na Moo)	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Side Dish/Potato	ก๋วยเตี๋ยวคั่วไข่ Stir Fried Noodles with egg	Mac & Cheese	ข้าวอบแกงกะหรี่หมู Pork curry rice bake	ผักโขมอบชีส Baked Spinach with Cheese	ส้มตำไทย Papaya Salad	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham&Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	บัวลอยกะทิ Bua Loy in coconut milk	Ham&Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	