



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week1 31/08-04/09/2026		Morning Snack			All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Snack/Fruit	ซีเรียล Cereal	มินิคุกกี้โอรีโอ้ Mini Oreo Cookies	กล้วยไข่ Banana	โกโก้ครั้นช์ Koko Krunch Cereal	แครกเกอร์ Crackers
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week1 31/08-04/09/2026		Afternoon Snack			All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Snack/Fruit	ขนมปังไส้เนยน้ำตาล Bread with butter filling	ทาร์ตไข่ Egg tart	แซนด์วิชช็อคโกแลต Chocolate sandwich	พายวนิลา Vanila Pie	ซอฟโรลเค้ก Soft Roll Cake
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week1 31/08-04/09/2026		Lunch			Early Year
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice ข้าวผัดใส่กรอกไก่ Fried Rice with Chicken suasage	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	สเต็กหมูซัลซาปาปิก้า Pork Steak with SalsaPapika	มีทบอลหมู Pork Meatballs	Fish & Chips	ผักโขมอบชีส Baked Spinach with Cheese	ผัดผักกวางตุ้งแครอท Stir Fried Bok Choy and Carrot
Main Dish 2 Thai/Asian	ผัดบล๊อคโคลี่ Stir Fried Broccoli	ผัดบล๊อคโคลี่ Stir-Fried Broccoli	มันฝรั่งอบ(หันห้ยกแผ่น) Roasted Potato	ไก่ทอดน้ำปลา Fried chicken with fish sauce	ไก่ย่าง Roasted Chicken
Hot soup / Noodle	แกงจืดหัวไชเท้าใส่หมูสับ White Radish with Pork	แกงจืดไข่น้ำไก่สับ Clear soup with egg and minced Chicken	แกงจืดสาหร่ายหมูสับ Seaweed soup with minced pork	ซุปรังไก่ Potato Soup with chicken	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork
Egg	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่ต้ม Hard Boiled 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



Week1 31/08-04/09/2026		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	เต้าหู้ทอดซอสเทรียากิ Fried Tufu with Teriyaki sauce	ผัดแตงกวาใส่ไข่ Stir-Fried Cucumber with Egg	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ผัดดอกกะหล่ำขาว Stir fried cauliflower	ผัดผักวางดั่งแครอท 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	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น Japanese Steamed eggs	ไข่เจียว Thai Omelets	
Main Dish 1 Western	สเต็กหมูซัลซาปาปิก้า Pork Steak with SalsaPapika	มีทบอลหมู Pork Meatballs	Fish & Chip	พาสต้าเพสโตซอสแฮมไก่ Pasta pesto sauce with Chicken ham	ไก่ย่าง Roasted Chicken	
Main Dish 2 Thai/Asian	ปลาทอดผัดขึ้นฉ่าย Stir-Fried Fried Fish with Celery	ไก่ผัดบล๊อคโคลี Stir-Fried Chicken with Broccoli	ไก่ผัดขิง Stir-fried chicken with ginger	ไก่ทอดน้ำปลา Fried chicken with fish sauce	ลาบหมู Spicy minced pork salad	
Hot Soup	มัสมั่นไก่ Chicken Massaman	ต้มยำไก่บ้านใส Tom-Yum Chicken	แกงจืดสาหร่ายหมูสับ Seaweed soup with minced pork	ซุปรไก่มันฝรั่ง 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)	ราเมน Raman	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	มันฝรั่งอบ(หันหยักแผ่น) Roasted Potato	กราแตงมันฝรั่ง Potato Gratin	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	