



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week3 14-18/09/2026		Morning Snack				All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ขนมปังกรอบรูปABC Biscuits	คุกกี้ไส้สตอเบอร์รี่ Cookie	กล้วยไข่ Banana	คอนเฟลค Cornflake	ซีเรียล Cereal	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week3 14-18/09/2026		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ครัวซองต์ Croissant	วาฟเฟิล Waffle	ขนมปังไส้สังขยา Pandan Custard Bread	เค้กสตาร์ดเค้ก Cake Custard	เดนนิชช็อคโกแลตสติ๊ก Danish Chocolate Stick	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week3 14-18/09/2026		Lunch				Early Year
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดแฮม Fried Rice with Chicken Ham	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดไส้กรอกไก่ Fried Rice with Chicken sausage	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	
Main Dish 1 Western	สเต็กหมู Pork steak	ไก่นิวออลีน New Orleans Chicken	มันฝรั่งบด Mashed Potato	สปาเก็ตตี้ซอสมะเขือเทศ ไก่สับ Spaghetti with Chicken in Tomato Sauce	มันฝรั่งทอด Fried Potato	
Main Dish 2 Thai/Asian	ผัดผักสี่สหายน้ำแดง Stir Fried Vegetables in brown Sauce	ผัดบรอกโคลี Stir Fried Broccoli	ข้าวมันไก่ Steamed rice topped with chicken	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	สเต็กหมูฮันนี่มัสตาร์ด Honey Mustard Pork Steak	
Hot soup / Noodle	แกงจืดแตงกวายัดไส้หมูสับ Stuffed Cucumber with Minced Pork Soup	ซุปรวม/ขนมปังกระเทียม Mushrooms Soup/Garlic bread	แกงจืดหัวไชเท้าใส่หมูสับ White Radish with Pork	แกงจืดสาหร่ายหมูสับ Seaweed soup with minced chicken	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Egg	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น Japanese Steamed eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ต้ม Boil Egg	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



Week3 14-18/09/2026		Lunch				Primary/Secondary
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดแฮม Fried Rice with Chicken Ham	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวมันไก่ steamed rice with chicken	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดไส้กรอกไก่ Fried Rice with Chicken sausage	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	
Vegetarian	ผัดผักสี่สหายน้ำแดง Stir Fried Vegetables in brown Sauce	ผัดบรอกโคลี Stir Fried Broccoli	เทมปุระผัก Vegetable tempura	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ผัดบวบใส่ไข่ Stir Fried zucchini with Egg	
Vegetable	Broccoli/ Mushroom/ Carrot	Long bean /Cauliflower/ Carrots	Broccoli/ Mushrooms/ Carrots	Broccoli / Baby corn/ Carrots	Sugar Pea/ Pumpkin/ cherry tomatoes	
Egg-based Dish	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่คน Scrambled Eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ลูกเขย Fried Boiled Egg with Tamarind Sauce	ไข่เจียว Thai Omelets	
Main Dish 1 Western	สเต็กหมูพริกไทยดำ Pork steak with black pepper	สปาเก็ตตี้มีทบอลหมู Spaghetti Meat Ball with pork	ลาซานญาหมูสับ Lasagne	Pizza	สเต็กหมูฮั่นมีมัสตาร์ด Honey Mustard Pork Steak	
Main Dish 2 Thai/Asian	ไก่กระเทียม Stir-fried Chicken with Garlic	ไก่นิวออลีน New Orleans Chicken	ข้าวมันไก่ Steamed rice topped with chicken	ข้าวหมูแดง Barbecued red pork in sauce with rice	ผัดโป๊ยกั๊กเหินไก่(ไก่ผัดแปะก๊วย) Stir-fried Chicken with Eight Treasures Vegetables	
Hot Soup	แกงจืดแตงกวายัดไส้หมูสับ Stuffed Cucumber with Minced Pork Soup	ซุปรเห็ด Mushrooms Soup	แกงจืดหัวไชเท้าใส่หมูสับ White Radish with Pork	แกงจืดสาหร่ายหมูสับ Seaweed soup with minced pork	ต้มข่าไก่ Thai Coconut Chicken Soup(Tom Kha Gai)	
Noodle Station	ก๋วยเตี๋ยวหมูสับต้มยำ Tom-Yum Spicy Pork Noodles	สุกี้หมู Skuki Pork	ราเมน Raman	เย็นตาโฟ Pink Noodle Soup (Yen Ta Fo)	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Side Dish/Potato	ผัดไทย Fried noodle Thai style (PadThai)	ขนมปังกระเทียม Garlic bread	มันฝรั่งบด MashedPotato	มันฝรั่งทอด Fried Potato	มันฝรั่งอบ(หั่นเต๋า) Roasted Potato	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham&Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	เฟรนโทสกล้วยหอม Banana French Toast	Ham&Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	