



HEATHFIELD  
INTERNATIONAL  
SCHOOL

# MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week1 04/11-08/11/2024		Morning Snack			All Student
Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Snack/Fruit	ซีเรียล Cereal	ขนมปังกรอบรูปABC Biscuits	ผลไม้ Seasonal fruits	ขนมปังไส้ช็อคโกแลต Chocolate Filled Bread	กล้วยไข่ Banana
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week1 04/11-08/11/2024		Afternoon Snack			All Student
Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Snack/Fruit	ขนมปังไส้สังขยา Custard Pandan Bread	ขนมปังไส้ไก่หยอง Shredded Chicken bread	คอนเฟลก Corn Flake	แครกเกอร์ Crackers	พายไส้ครีมวานิลลา Vanilla Cream Pie
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week1 04/11-08/11/2024		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 ข้าวผัดไข่ Eggs Fried Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice
Main Dish 1 Western	หมูนึ่งน้ำผึ้งมัสตาร์ด Pork honey Mustard sauce	สเต็กไก่ซอสครีมเห็ด Grilled Chicken with Creamy Mushroom Sauce	Mac & Cheese	มันฝรั่งบด Mashed Potato	French Fries
Main Dish 2 Thai/Asian	เส้นหมี่ญี่ปุ่นผัดไข่ Stir Fried Japanese Vermicelli with Egg	ผัดผักรวม Stir Fried Vegetable	หมูทอดทรงคัตสึ Fried Pork Tonkatsu	ไก่เทรียากิ Teriyaki Chicken	หมูผัดซอสญี่ปุ่น Fried Pork with Japanese sauce
Hot soup / Noodle	ต้มข่าไก่ Tom Kha Gai (Thai Chicken Coconut Soup)	แกงจืดไข่น้ำหมูสับ Omelet Soup with Minced Pork	แกงจืดลูกเงาะหมู Pork Ball Soup with Vermicelli	แกงจืดหัวไชเท้าใส่หมูสับ White Radish with Pork	ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้นปลา Fish ball noodles
Egg	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่พะโล้ Pork and Egg Stew	ไข่ตุ๋น Steamed Egg	ไข่ดาว Fried egg	ไข่เจียว Thai Omelets
Sandwich Bar/Special Menu	Ham Sandwich	ข้าวผัดแฮม Fried Rice with Chicken Ham	Ice Cream	ข้าวผัดไข่ Eggs Fried Rice	Cheese Sandwich

Seasonal Fruits/Salad bar



HEATHFIELD  
INTERNATIONAL  
SCHOOL

# MAIN MENU FOR Y1-Y13 STUDENT



Week1 04/11-08/11/2024		Lunch				Primary/Secondary
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
<b>Rice</b>	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 ข้าวผัดไข่ Eggs Fried Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	
<b>Vegetarian</b>	ผัดคะน้าเห็ดหอม Stir-fried kale with shiitake mushrooms	ผัดผักรวม Stir Fried Vegetable	ผัดผักแขนง Stir-fried branch vegetables	ผัดยอดฟักแม้วน้ำมันหอย Stir fried Chayote with Oyster Sauce	ผัดดอกกะหล่ำแครอท Stir Fried cauliflower	
<b>Vegetable</b>	Sugar Pea/ Pumpkin/	Broccoli/Sweet corn/ Carrots	Long bean /Cauliflower/ Carrots	Broccoli / Baby corn/ Carrots	Sugar Pea/ Pumpkin/	
<b>Egg-based Dish</b>	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่พะโล้ Pork and Egg Stew	ไข่ตุ๋น Steamed Egg	ไข่ดาว Fried egg	ไข่เจียว Thai Omelets	
<b>Main Dish 1</b>	หมูอบน้ำผึ้งมัสตาร์ด Pork honey Mustard sauce	สเต็กไก่ซอสครีมเห็ด Grilled Chicken with Creamy Mushroom Sauce	ไก่ผัดขิง Stir-fried Chicken with Ginger	Shepherd's Pie	หมูผัดซอสญี่ปุ่น Fried Pork with Japanese sauce	
<b>Main Dish 2</b>	ไก่ทอด Stir-fried Chicken	สปาเก็ตตี้ซอสครีมเห็ดทรัฟเฟิล Spaghetti Truffle Cream Sauce	หมูทอดทงคัตสึ Fried Pork Tonkatsu	ไก่เทรียากิ Teriyaki Chicken	Burger	
<b>Hot Soup</b>	ต้มข่าไก่ Tom Kha Gai (Thai Chicken Coconut Soup)	แกงจืดไข่น้ำหมูสับ Omelet Soup with Minced Pork	แกงกะหรี่ญี่ปุ่นไก่ Japanese curry with Chicken	แกงจืดหัวไชเท้าใส่หมูสับ White Radish with Pork	ต้มยำไก่ น้ำใส Tom-Yum Chicken	
<b>Noodle Station</b>	เย็นตาโฟ Pink Noodle Soup (Yen Ta Fo)	สุกี้หมู Suki Pork	ราเมน Ramen	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำตก/น้ำใส Noodles with Pork (Nam Tok Moo)	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
<b>Side Dish</b>	เส้นหมี่ญี่ปุ่นผัดไข่ Stir Fried Japanese Vermicelli with Egg	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	Mac & Cheese	มันฝรั่งบด Mashed Potato	French Fries	
<b>Sandwich Bar/Special Menu</b>	Ham & Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	Ice Cream	Ham & Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	