



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week3 18-22/11/2024		Morning Snack				All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	โกโก้ครั้นช์ Koko Crunch	เค้กโรล Cake Roll	ขนมปังกรอบรูปซีฟู้ด Biscuits	ซีเรียล Cereal	กล้วยไข่ Banana	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week3 18-22/11/2024		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ครัวซองต์ Croissant	แครกเกอร์ Crackers	วาฟเฟิลกรอบ Crispy Waffle	แซนวิชแยม Jam sandwiches	ครอฟเฟิล Craffles	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week3 18-22/11/2024		Lunch				Early Year
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	
Main Dish 1 Western	ไก่นิวออลีน New Orleans Chicken	ผักย่าง Grilled vegetable	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	สปาเก็ตตี้ซอสหมูสับ Spaghetti with minced pork and tomato sauce	มันฝรั่งบด Mashed Potato	
Main Dish 2 Thai/Asian	ผัดผักกาดขาว Stir Fried Chinese Cabbage	หมูสะเต๊ะ Thai Grilled Pork Sa Tay (Moo Sa Tay)	ไก่ย่างสมุนไพร Grilled Chicken with Herbs	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ไก่ทอดหัดใหญ่ Fried Chicken	
Hot soup / Noodle	แกงจืดแตงกวายัดไส้หมู Stuffed Cucumber with Minced Pork Soup	ซุปรวมกะโรนีไก่สับ Macaroni Chicken Soup	แกงจืดไข่น้ำหมูสับ Omelet Soup with Minced Pork	แกงจืดสาหร่ายไก่สับ Seaweed soup with minced chicken	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Egg	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่เจียว Thai Omelets	ไข่คน Scrambled Eggs	
Sandwich Bar/Special Menu	แฮมแซนวิช Ham Sandwich	ข้าวผัดแฮม Fried Rice with Chicken Ham	แฮม & ชีสแซนวิช Ham & Cheese Sandwich	ข้าวผัดไข่ Eggs Fried Rice	ชีสแซนวิช Cheese Sandwich	

Seasonal Fruits/Salad bar



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR Y1-Y13 STUDENT



Week3 18-22/11/2024		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 ข้าวผัดไข่ Eggs Fried Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	
Vegetarian	ผัดผักกาดขาว Stir Fried Chinese Cabbage	ผักย่าง Grilled vegetable	ผัดถั่วงอกเต้าหู้ Stir Fried Tofu With Bean Sprouts	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	บวมผัดไข่ Stir Fried Luffa with eggs	
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	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ลวกเขย Fried Boiled Egg with Tamarind Sauce	ไข่เจียว Thai Omelets	ไข่คน Scrambled Eggs	
Main Dish 1	ไก่นิวออลีน New Orleans Chicken	พาสต้าไก่อบเนยกระเทียม Chicken pasta in baked garlic	สปาเก็ตตี้เพสโตซอสแฮมหมู Spaghetti Pesto with Pork Ham	ปลาึ่งมะนาว Steamed fish with lemon	หมูสับห่อผักกาดขาวนึ่ง Minced pork wrapped in steamed Chinese cabbage	
Main Dish 2	หมูผัดพริกหยวก Stir Fried Pork with Pepper	หมูสะเต๊ะ Thai Grilled Pork Sa Tay (Moo Sa Tay)	ไก่ย่างสมุนไพร Grilled Chicken with Herbs	หมูกระเทียม Garlic Pork	ไก่ทอดหาคใหญ่ Fried Chicken	
Hot Soup	แกงจืดแตงกวายัดไส้มหมู Stuffed Cucumber with Minced Pork Soup	ต้มแซ่บหมูแดง Tom-Yum Spicy Soup with Bouncing Pork	แกงจืดไข่น้ำหมูสับ Omelet Soup with Minced Pork	ข้าวซอยไก่ Curry noodles with Chicken (Khao Soi Kai)	แกงส้มผักรวมปลา Sour Soup with Mix Vegetables & Fish	
Noodle Station	เย็นตาโฟ Pink Noodle Soup (Yen Ta Fo)	ก๋วยเตี๋ยวไก่มะระ Bitter melon chicken noodles	ราเมน Ramen	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำตก/น้ำใส Noodles with Pork (Nam Tok Moo)	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Side Dish	Mac & Cheese	ผัดซีอิ้วไข่ Stir Fried Noodles with egg	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	ผัดวุ้นเส้นเกาหลี(จัมเช) Korean Stir-Fried Noodles(Japchae)	มันฝรั่งบด Mashed Potato	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham & Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	บัวลอยกะทิ Thai Dessert (Bua-Loi Kati)	Ham & Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	