



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week4 25-29/11/2024		Morning Snack				All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ซีเรียล Cereal	ขนมปังไส้กรอกไก่ Chicken Sausage Bread	กล้วยไข่ Banana	โกโก้ครั้นช์ Koko Krunch	แครกเกอร์ Crackers	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week4 25-29/11/2024		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	เค้กไข่ไส้คัสตาร์ด Egg Cake with Custard Filling	มินิคูกี้โอรีโอ Mini Cookies Oreo	ขนมปังกรอบรูปซีฟู้ด Biscuits	ซอฟคุกกี้ Soft Cookie Chocolate Chip	มินิโดนัท Mani Donut	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week4 25-29/11/2024		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	หมูอบบาร์บีคิว BBQ Roasted Pork	ผัดผักรวม Stir Fries Vegetable	ขนมปังกระเทียม Garlic bread	มันฝรั่งบด Mashed Potato	สเต็กไก่ย่าง Chicken Steak	
Main Dish 2 Thai/Asian	ก๋วยเตี๋ยวคั่วไข่ Stir Fried Noodles with egg	หมูทอดทงคัตสึ Fried Pork Tonkatsu	ไก่คาราเกะ Fried Chicken	สเต็กหมูพริกไทยดำ Black Pepper Pork Steak	ผัดคะน้าน้ำมันหอย Stir Fried Kale with Oyster Sauce	
Hot soup / Noodle	ต้มจืดฟักหมูสับ Winter Melon Soup with Pork	แกงจืดไข่น้ำหมูสับ Thai Omelet with Minced Pork Soup	ซุปรืด Mushroom soup	แกงจืดหัวไชเท้าใส่หมูสับ White Radish with Pork	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Egg	ไข่ดาว Fried egg	ไข่คน Scrambled Eggs	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่พะโล้ Pork and Egg Stew	ไข่เจียว Thai Omelets	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham Sandwich	Pizza	Ham & Cheese Sandwich	ข้าวผัดไข่ Eggs Fried Rice	Cheese Sandwich	
Seasonal Fruits/Salad bar						



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR Y1-Y13 STUDENT



Week4 25-29/11/2024		Lunch				Primary/Secondary
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดแฮม Fried Rice with Chicken Ham	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดโบราณหมู Fried Rice with Pork	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice ข้าวเหนียว Sticky Rice	
Vegetarian	ผัดผักสี่สหายน้ำแดง Stir Fried Vegetables in brown Sauce	ผัดผักรวม Stir Fried Vegetable	ผัดกะหล่ำปลีน้ำปลา Stir-fried cabbage with fish sauce	เทมปุระผัก Vegetable Tempura	ผัดคะน้าน้ำมันหอย Stir Fried Kale with Oyster Sauce	
Vegetable	Sugar Pea/ Pumpkin/	Broccoli/Sweet corn/ Carrots	Long bean /Cauliflower/ Carrots	Broccoli / Baby corn/ Carrots	Long bean /Cauliflower/ Carrots	
Egg-based Dish	ไข่ดาว Fried egg	ไข่คน Scrambled Eggs	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่พะโล้ Pork and Egg Stew	ไข่เจียว Thai Omelets	
Main Dish 1	หมูอบบาร์บีคิว BBQ Roasted Pork	Pizza	ไก่คาราเกะ Fried Chicken	สเต็กหมูพริกไทยดำ Black Pepper Pork Steak	ไก่ย่าง น้ำจิ้มแจ่ว Roasted Chicken	
Main Dish 2	ผัดผงกะหรี่ไก่ Stir Fried Chicken with Curry Powder	ไก่ทอดทงคัตสึ Fried Chicken Tonkatsu	สปาเก็ตตี้พริกแห้งเบคอน Spicy Spaghetti Dried Chili with Bacon	ผัดเปรี้ยวหวานไก่ Stir-fried sweet and sour chicken	ลาบหมู Spicy minced pork salad	
Hot Soup	แกงเขียวหวานหมู Thai Green Curry with Pork	แกงกะหรี่ญี่ปุ่น Japanese Curry	ซุปรืด Mushroom soup	แกงจืดหัวไชเท้าใส่หมูสับ White Radish with Pork	ต้มยำไก่ น้ำข้น Tom-Yum Chicken	
Noodle Station	ก๋วยเตี๋ยวหมูสับต้มยำ Tom-Yum Spicy Pork Noodles	อุด้ง Udon	ราเมน Ramen	สุกี้หมู Suki Pork	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Side Dish	ก๋วยเตี๋ยวคั่วไข่ Stir Fried Noodles with egg	มันฝรั่งทอด Fried Potato	ขนมปังกระเทียม Garlic bread	พิซซ่าญี่ปุ่น (Okonomiyaki) Japanese Pizza	ส้มตำไทย Papaya Salad	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham & Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	ขนมปังเนยคาราเมล Toast Caramel	Ham & Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	