



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week1 03-07/03/2025		Morning Snack				All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	โกโก้ครั้นช์ Koko Crunch	เค้กโรล Cake Roll	กล้วยไข่ Banana	ซีเรียล Cereal	แครกเกอร์ Crackers	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week1 03-07/03/2025		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ครัวซองต์ Croissant	แครกเกอร์ Crackers	เลเยอเค้กใบเตย Pandan Layer cake	แซนวิชแยม Jam sandwiches	ทาร์ตไข่ Egg tart	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week1 03-07/03/2025		Lunch				Early Year
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดใส่กรอกไก่ 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	
Main Dish 1 Western	ไก่นิวออลีน New Orleans Chicken	พาสต้าคาร์บอนาร่าแฮมหมู Pasta Carbonara with Pork Ham	สเต็กหมู Pork Steak	ผักย่าง Grilled vegetable	ไก่ต้มน้ำปลา Boiled Chicken in Fish Sauce	
Main Dish 2 Thai/Asian	ผัดดอกกะหล่ำแครอท Stir Fried cauliflower	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ผัดบร็อคโคลี่ Stir Fried Broccoli	ไก่ย่างซอสเทริยากิ Grilled chicken with teriyaki sauce	มันฝรั่งทอด Fried Potato	
Hot soup / Noodle	แกงจืดฟักหมูก้อน Winter melon with Minced Pork Soup	แกงจืดเต้าหู้หมูสับ Clear soup with minced Pork	มิโซะซุป์ Miso Soup	ซุป์ไก่มันฝรั่ง Potato clear Soup with Chicken	ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ Noodles with Pork	
Egg	ไข่เจียว Thai Omelets	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่ต้ม Boiled Eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่คน Scrambled Eggs	
Vegetable	Broccoli/Carrots/Pumkin	Broccoli/Carrots/Pumkin	Broccoli/Carrots/Pumkin	Broccoli/Carrots/Pumkin	Broccoli/Carrots/Pumkin	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham Sandwich	Cheese Sandwich	Ham Cheese Sandwich	Ham Sandwich	Cheese Sandwich	

Seasonal Fruits



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR Y1-Y13 STUDENT



Week1 03-07/03/2025		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	ผัดดอกกะหล่ำแครอท Stir Fried cauliflower	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ผัดผักแขนง Stir-fried branch vegetables	ผักย่าง Grilled vegetable	ผัดสั่งwokเต้าหู้ Stir Fried Tofu With Bean Sprouts	
Vegetable	Broccoli/ Mushroom/ Carrot	Long bean /Cauliflower/ Carrots	Broccoli/ Mushrooms/ Carrots	Broccoli / Baby corn/ Carrots	Sugar Pea/ Pumpkin/ cherry tomatoes	
Egg-based Dish	ไข่เจียว Thai Omelets	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่ต้ม Boiled Eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ลวกเขย Fried Boiled Egg with Tamarind Sauce	
Main Dish 1	ข้าวหมูแดง Thai red BBQ pork with rice and red sauce	พาสต้าคาร์บอนาร่าแฮมหมู Pasta Carbonara with Pork Ham	สเต็กหมูซัลซาปาปิก้า Pork Steak with Salsa Prapika	ไก่ย่างซอสเทริยากิ Grilled chicken with teriyaki sauce	สปาเก็ตตี้พริกแห้งเบคอน Spaghetti dried chili and bacon	
Main Dish 2	ไก่นิวออลีน New Orleans Chicken	ไก่ทอดซอสเกาหลี Fried Chicken with Korean Sauce	Burger	ปลาึ่งมะนาว Steamed fish with lemon	ไก่ต้มน้ำปลา Boiled Chicken in Fish Sauce	
Hot Soup	แกงจืดฟักหมูก้อน Winter melon with Minced Pork Soup	แกงจืดเต้าหู้หมูสับ Clear soup with minced Pork	มิโซะซุปร Miso Soup	ต้มแซ่บหมูแดง Tom-Yum Spicy Soup with Bouncing Pork	น้ำพริกอ่องหมู Pork Nam Prik Ong	
Noodle Station	ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กลูกชิ้นหมู Pork Ball Noodle Soup	ก๋วยเตี๋ยวหมูสับต้มยำ Tom-Yum Spicy Pork Noodles	ราเมน Ramen	ราดหน้าหมู Noodles with Pork in Gravy Sauce (Rad-Na Moo)	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Side Dish	ผัดหมี่ชมพู Stir-fried Noodles with pink sauce	มันฝรั่งอบชีสใส่แฮมไก่ Roasted Potato with Cheese and Chicken Ham	มันฝรั่งทอด Fried Potato	ก๋วยเตี๋ยวลูกโบริก Classic Thai Tossed Noodles	มันฝรั่งบด Mashed Potato	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham Cheese Sandwich	Ham Cheese Sandwich	ข้าวเหนียวมะม่วง Mango Sticky rice	Ham Cheese Sandwich	Ham Cheese Sandwich	