



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week2 10-14/03/2025		Morning Snack				All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ซีเรียล Cereal	เดนิชช็อคโกแลตสติ๊ก Danish Chocolate Stick	กล้วยไข่ Banana	ซาลาเปาไส้ครีม Steamed buns filled with cream	แครกเกอร์ Crackers	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week2 10-14/03/2025		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ขนมปังไส้คัสตาร์ด Custard Bread	โอรีโอ้ Oreo	บัตเตอร์เค้ก Butter cake	วาฟเฟิลกรอบ Crispy Waffle	บราวนี่ Brownies	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week2 10-14/03/2025		Lunch				Early Year
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดแฮมไก่ 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	นักร้องไก่ Nuggets	สเต็กไก่ Tartar Sauce Chicken Steak with Tartar Sauce	หมูทอดหุงคัตตีส Tonkatsu (Deep Fried Pork)	ผัดผักกวางตุ้งแครอท Stir Fried Bok Choy and Carrot	ข้าวโพดผัดเนย Stir-Fried Corn with Butter	
Main Dish 2 Thai/Asian	สปาเก็ตตี้ซอสมะเขือเทศหมูสับ Spaghetti Tomato Sauce with Minced Pork	ผัดบร็อคโคลี่ Stir Fried Broccoli	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ไก่ทอดสมุนไพร Fried Chicken with Herb	สเต็กหมูบราวนี่ซอส Pork Steak with Brown Sauce	
Hot soup / Noodle	ต้มยำไก่ น้ำใส Chicken and Mushroom Soup	แกงจืดฟักหมู Winter Melon Soup with Pork	แกงจืดเต้าหู้หมูสับ Thai Tofu Pork Soup	แกงจืดไข่น้ำ Egg Drop Soup	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Egg	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่เจียว Thai Omelets	ไข่คน Scrambled Eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ดาว Fried 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



Week2 10-14/03/2025		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	ผัดดอกหอมใส่เต้าหู้ Stir Fried Onion Flower Stem with Tofu	เต้าหู้ทอดซอสเทรียากิ Fried Tofu with Teriyaki sauce	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ผัดผักกวางตุ้งแครอท Stir Fried Bok Choy and Carrot	ผัดแตงกวาใส่ไข่ Stir Fried Cucumber with Eggs	
Vegetable	Broccoli/ Mushrooms/ Carrots	Broccoli/ Mushroom/ Carrot	Long bean /Cauliflower/ Carrots	Broccoli / Baby corn/ Carrots	Broccoli/ Mushrooms/ Carrots	
Egg-based Dish	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่เจียว Thai Omelets	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่คน Scrambled Eggs	
Main Dish 1	นักร้องไก่ Nuggets	สเต็กไก่ Tartar Sauce Chicken Steak with Tartar Sauce	ไก่ทอดตะไคร้ Fried Chicken with Lamong grass	หมูกระเทียมมันก่อน Fried pork with garlic	สเต็กหมูบราวนซอส Pork Steak with Brown Sauce	
Main Dish 2	สปาเก็ตตี้ซอสมะเขือเทศหมูสับ Spaghetti Tomato Sauce with Minced Pork	ข้าวขาหมู Stewed Pork(Kao-ka-moo)	พาสต้าเพสโตซอสแฮมหมู Pasta Pesto sauce with Pork Ham	ปลาสามรส Fried grouper topped with sweet and sour	ข้าวหน้าไก่ chicken with sauce over rice	
Hot Soup	ต้มยำไก่ น้ำข้น Spicy Chicken and Mushroom Soup	แกงจืดฟักหมู Winter Melon Soup with Pork	ซุปรืด Mushrooms Soup	แกงจืดไข่น้ำ Egg Drop Soup	มันมันไก่ Chicken Curry	
Noodle Station	ก๋วยเตี๋ยวต้มยำลูกชิ้นหมู Tom - Yum noodles with Pork balls	กระเพาะปลา Fish Maw Soup (Kra Poh Pla)	ราเมน Ramen	ราดหน้าหมู Noodles with Pork in Gravy Sauce (Rad-Na Moo)	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Side Dish	มันฝรั่งบด Mashed Potato	เส้นหมี่ผัดซีอิ้ว Stir fried rice noodles with soy sauce	Focaccia	ต็อกโบกี Tokboki	ข้าวโพดผัดเนย Stir-Fried Corn with Butter	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham Cheese Sandwich	Ham Cheese Sandwich	ลอดช่องกะทิ Lodchong Kathi (coconut milk)	Ham Cheese Sandwich	Ham Cheese Sandwich	