



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week3 16-20/06/2025		Morning Snack				All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ขนมปังกรอบรูปชีฟุต Biscuits	แครกเกอร์ Crackers	กล้วยไข่ Banana	แครกเกอร์ Crackers	ซีเรียล Cereal	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week3 16-20/06/2025		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	เค้กโรล Cake Rolls	โอรีโอ Oreo	คัสตาร์ดเค้ก Custard cake	คัพเค้กช็อคโกแลต Chocolate cupcake	วาฟเฟิล Waffle	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week3 16-20/06/2025		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	เส้นหมี่ผัดซีอิ้ว Stir fried rice noodles with soy sauce	สเต็กไก่ Tartar Sauce Chicken Steak with Tartar Sauce	มักกะโรนีซอสมะเขือเทศหมูสับ Macaroni and Tomato Sauce with Minced Chicken	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	ผัดแตงกวาใส่ไข่ Stir Fried Cucumber with Eggs	
Main Dish 2	ไก่ทอดซอสเกาหลี Fried Chicken with Korean Sauce	ผัดบรอกโคลี Stir Fried Broccoli	นกเก็ตไก่ Chicken nuggets	หมูกระเทียม Fried pork with garlic	สเต็กไก่ซอสครีมเห็ด Chicken Steak with Mushroom Sauce	
Hot soup / Noodle	แกงจืดฟักหมู Winter Melon Soup with Pork	ซุปรักกะโรนีไก่สับ Macaroni Soup with chicken	แกงจืดไข่น้ำหมูสับ Omelet Soup with Minced Pork	ซุปรักมันฝรั่ง Potato Soup with chicken	ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กลูกชิ้นหมู Pork Ball Noodle Soup	
Egg	ไข่คน Scrambled Eggs	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่เจียว Thai Omelets	
Vegetable	Broccoli/Carrots/Pumkin	Broccoli/Carrots/Pumkin	Broccoli/Carrots/Pumkin	Broccoli/Carrots/Pumkin	Broccoli/Carrots/Pumkin	
Sandwich Bar/Special Menu	Cheese Sandwich	Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	Ham Sandwich	Cheese Sandwich	

Seasonal Fruits



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR Y1-Y13 STUDENT



Week3 16-20/06/2025		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 ข้าวผัดไข่ Eggs Fried Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	
Vegetarian	เต้าหู้ทอดซอสเทรียากิ Fried Tufu with Teriyaki sauce	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ผัดฟักทองใส่ไข่ Stir Fried Pumpkin with Egg	ผัดผักกวางตุ้งแครอท Stir Fried Bok Choy and Carrot	ผัดแตงกวาใส่ไข่ Stir Fried Cucumber with Eggs	
Vegetable	Broccoli/ Mushroom/ Carrot	Long bean /Cauliflower/ Carrots	Broccoli/Sweet corn/ Carrots	Broccoli / Baby corn/ Carrots	Broccoli/ Mushrooms/ Carrots	
Egg-based Dish	ไข่คน Scrambled Eggs	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่เจียว Thai Omelets	
Main Dish 1	สเต็กหมูรมราวนซอส Pork Steak with Brown Sauce	สเต็กไก่ Tartar Sauce Chicken Steak with Tartar Sauce	นักร้องไก่ Chicken nuggets	หมูกระเทียม Fried pork with garlic	สเต็กไก่ซอสครีมเห็ด Chicken Steak with Mushroom Sauce	
Main Dish 2	ไก่ทอดซอสเกาหลี Fried Chicken with Korean Sauce	ข้าวขาหมู Stewed Pork(Kao-ka-moo)	สปาเก็ตตี้ซอสมะเขือเทศหมูสับ Spaghetti Tomato Sauce with Minced Pork	ปลาึ่งมะนาว Steamed fish with lemon	มัคกะโรนีซอสมะเขือเทศหมูสับ Macaroni and Tomato Sauce with Minced Chicken	
Hot Soup	แกงจืดฟักหมู Winter Melon Soup with Pork	ต้มยำไก่บ้าน Tom-Yum Chicken	แกงจืดไข่น้ำหมูสับ Omelet Soup with Minced Pork	ซุปรังไก่ Potato Soup with chicken	มัสมั่นไก่ Chicken Curry	
Noodle Station	ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กลูกชิ้นหมู Pork Ball Noodle Soup	ราดหน้าหมู Noodles with Pork in Gravy Sauce (Rad-Na Moo)	ราเมน Ramen	สุกี้หมู Suki Pork	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Side Dish	ผัดซีอิ้ว Stir fried rice noodles with soy sauce	มันฝรั่งทอด Fried Potato	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	ผัดไทย Pat Thai	ผัดวุ้นเส้นใส่ไข่ Stir-fried glass noodles with egg	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham & Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	ข้าวเหนียวมะม่วง Mango Sticky rice	Ham & Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	