



HEATHFIELD  
INTERNATIONAL  
SCHOOL

# MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week4 23-27/06/2025		Morning Snack				All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ขนมปังกรอบรูปชีฟู้ด Biscuits	แครกเกอร์ Crackers	กล้วยไข่ Banana	คอนเฟลค Cornflake	บราวนี่ Brownies	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week4 23-27/06/2025		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ขนมปังขิงทาแยม Jam sandwiches	ขนมปังไส้สังขยา Pandan Custard Bread	คุกกี้ Cookie	โรลเค้ก Roll Cake	ซีเรียล Cereal	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	

Week4 23-27/06/2025		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  ข้าวผัดไส้กรอกไก่ Fried Rice with Chicken sausage	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	
Main Dish 1 Western	ผัดบรอกโคลี Stir Fried Broccoli	ปลาทอดซอสครีมหัวหอม Fried fish with onion cream sauce	สปาเก็ตตี้ซอสครีมเห็ด Spaghetti Mushrooms Cream Sauce	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	สเต็กหมูพริกไทยดำ Black Pepper Pork Steak	
Main Dish 2 Thai/Asian	สเต็กหมูซอสบาร์บีคิว Pork Steak with BBQ sauce	มันฝรั่งบด Mashed Potato	ข้าวมันไก่ Steamed rice topped with chicken	หมูทอดน้ำปลา Fried pork with fish sauce	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	
Hot soup / Noodle	แกงจืดแตงกวายัดไส้หมู Stuffed Cucumber with Minced Pork Soup	แกงจืดลูกเงาะหมูสับ Thai Style Minced Pork Soup	แกงจืดไข่น้ำหมูสับ Omelet Soup with Minced Pork	แกงจืดสาหร่ายไก่สับ Seaweed soup with minced chicken	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Egg	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่เจียว Thai Omelets	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ลูกเขย Fried Boiled Egg with Tamarind Sauce	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น Japanese Steamed eggs	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham Sandwich	Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	Ham Sandwich	Ham Sandwich	

Seasonal Fruits/Salad bar



HEATHFIELD  
INTERNATIONAL  
SCHOOL

# MAIN MENU FOR Y1-Y13 STUDENT



Week4 23-27/06/2025		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 Steam rice & Brown rice  ข้าวมันไก่ steamed rice with chicken	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice  ข้าวผัดไส้กรอกไก่ Fried Rice with Chicken sausage	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	
Vegetarian	ผัดบรอกโคลี Stir Fried Broccoli	ต้มยำเห็ดผัดแห้ง Stir Fried Tom Yum with Mushrooms	ผักย่าง Grilled vegetable	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	
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	ไข่เจียว Thai Omelets	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ลวกเขย Fried Boiled Egg with Tamarind Sauce	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น Japanese Steamed eggs	
Main Dish 1	ไก่กระเทียม Stir Fried Chicken with Garlic	ลาซานญ่าหมูสับ Lasagna	สปาเก็ตตี้ซอสครีมเห็ดทรัฟเฟิล Spaghetti Truffle Cream Sauce	หมูทอดน้ำปลา Fried pork with fish sauce	สเต็กหมูพริกไทยดำ Black Pepper Pork Steak	
Main Dish 2	สเต็กหมูซอสบาร์บีคิว Pork Steak with BBQ sauce	ปลาทอดซอสครีมหัวหอม Fried fish with onion cream sauce	ข้าวมันไก่ Steamed rice topped with chicken	พาสต้าไก่อบเนยกระเทียม Chicken pasta in baked garlic	Burger	
Hot Soup	แกงจืดแตงกวายัดไส้หมู Stuffed Cucumber with Minced Pork Soup	แกงเขียวหวานไก่ Green Curry with Chicken	แกงจืดไข่น้ำหมูสับ Omelet Soup with Minced Pork	ข้าวซอยไก่ Curry noodles with Chicken (Khao Soi Kai)	ต้มยำหมูแดง Tom-Yum Spicy Soup with Bouncing Pork	
Noodle Station	เย็นตาโฟ Pink Noodle Soup (Yen Ta Fo)	ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กลูกชิ้นหมู Pork Ball Noodle Soup	ราเมน Ramen	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำตก/น้ำใส Noodles with Pork (Nam Tok Moo)	บะหมี่เกี๊ยวหมูสับ หมูแดง Pork Wonton Noodle Soup	
Side Dish	ผัดหมี่ชมพู Stir-fried Noodles with pink sauce	มันฝรั่งบด Mashed Potato	กราแตงมันฝรั่ง Potato Gratin	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	มันฝรั่งทอด Fried Potato	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham & Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	ขนมบ้าบิ่น Coconut Waffles	Ham & Cheese Sandwich	Ham & Cheese Sandwich	