



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week5 29/09-03/10/2025		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	Whole milk

Week5 29/09-03/10/2025		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	เค้กกล้วยหอม Banana cake	มินิคูกี้โอรีโอ Mini Cookies Oreo	ขนมปังกรอบรูปชีฟูด Biscuits	ซอฟคุกกี้ Soft Cookie	มินิโดนัท Mini Donut	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week5 29/09-03/10/2025		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 ข้าวผัดไส้กรอก Fried Rice with Sausage	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	
Main Dish 1 Western	บาร์บีคิวหมู BBQ Roasted Pork	สปาเก็ตตี้คาโบนาร่าแฮมหมู Spaghetti Carbonara with Pork Ham	สเต็กหมูพริกไทยดำ Black Pepper Pork Steak	Shepherd's Pie	ไก่ย่าง Roasted Chicken	
Main Dish 2 Thai/Asian	ผัดผักสี่สหายน้ำแดง Stir Fried Vegetables in brown Sauce	ไก่คาราเกะ Fried Chicken	มัคกะโรนีซอสมะเขือเทศไก่สับ Macaroni with Tomato Sauce Minced Chicken	หมูหวาน Sweet Pork	ผัดคะน่าน้ำมันหอย Stir Fried Kale with Oyster Sauce	
Hot soup / Noodle	แกงจืดเต้าหู้หมูสับ Clear soup with minced Pork	ต้มจืดฟักหมูสับ Winter Melon Soup with Pork	ซุปรืด Mushroom soup	แกงจืดหัวไชเท้าใส่หมูสับ White Radish with Pork	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Egg	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่พะโล้ Pork and Egg Stew	ไข่คน Scrambled Eggs	ไข่ดาว Fried egg	ไข่เจียว Thai Omelets	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham Sandwich	Cheese Sandwich	Ice Cream	Ham Sandwich	Cheese Sandwich	

Seasonal Fruits/Salad bar



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR Y1-Y13 STUDENT



Week5 29/09-03/10/2025		Lunch				Primary/Secondary
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice	
		ข้าวผัดแฮม Fried Rice with Chicken Ham		ข้าวผัดโบราณไก่ Fried Rice with Chicken	ข้าวเหนียว Sticky Rice	
Vegetarian	ผัดผักสี่สหายน้ำแดง Stir Fried Vegetables in brown Sauce	ผัดผักบุ้งไฟแดง Stir fried morning glory	เต้าหู้ทอดซอสเทรียากิ Fried Tufu with Teriyaki sauce	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	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	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่พะโล้ Pork and Egg Stew	ไข่คน Scrambled Eggs	ไข่ดาว Fried egg	ไข่เจียว Thai Omelets	
Main Dish 1	บาร์บีคิวหมู BBQ Roasted Pork	สปาเก็ตตี้คาโบนาร่าแฮมหมู Spaghetti Carbonara with Pork Ham	สเต็กหมูพริกไทยดำ Black Pepper Pork Steak	หมูผัดซอสบุกิโกกิ Stir-fried pork with bukoki sauce	ไก่ย่าง น้ำจิ้มแจ่ว Roasted Chicken	
Main Dish 2	ผัดผงกะหรี่ไก่ Stir Fried Chicken with Curry Powder	ไก่คาราเกะ Fried Chicken	มักกะโรนีซอสมะเขือเทศไก่สับ Macaroni with Tomato Sauce Minced Chicken	Shepherd's Pie	ลาบหมู Spicy minced pork salad	
Hot Soup	แกงจืดเต้าหู้หมูสับ Clear soup with minced Pork	แกงเขียวหวานหมู Thai Green Curry with Pork	ซุปรเห็ด Mushroom soup	แกงจืดหัวไชเท้าใส่หมูสับ White Radish with Pork	ต้มยำไก่ น้ำข้น Tom-Yum Chicken	
Noodle Station	สุกี้หมู Suki Pork	ราดหน้าหมู Noodles with Pork in Gravy Sauce (Rad-Na Moo)	ราเมน Ramen	ก๋วยเตี๋ยวหมูสับต้มยำ Tom-Yum Spicy Pork Noodles	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Side Dish	บะหมี่เหลืองผัดไข่ Stir Fried Egg Noodles	มันฝรั่งทอด Fried Potato	Focaccia	ยากิโซบะ YakiSoba	ส้มตำไทย Papaya Salad	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham&Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	Ice Cream	Ham&Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	