



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week2 06-10/10/2025		Morning Snack				All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ซีเรียล Cereal	แครกเกอร์ Crackers	กล้วยไข่ Banana	คอนเฟลค Corn Flake	สโคน Scone	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week2 06-10/10/2025		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	คัพเค้กช็อคโกแลต Chocolate cup cake	พายสับปะรด Pineapple pie	ครัวซองต์ Croissant	ขนมปังปิ้ง Toast bread	ทาร์ตไข่ Egg Tard	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week2 06-10/10/2025		Lunch				Early Year
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice 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	บาร์บีคิวหมู BBQ Roasted Pork	ไก่ป๊อป Chicken pop	ไก่นิวออลีน New Orleans Chicken	ไก่ทอด(แบบKFC) Fried Chicken	มันฝรั่งบด Mashed Potato	
Main Dish 2 Thai/Asian	ก๋วยเตี๋ยวคั่วไข่ Stir Fried Noodles with egg	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	เส้นหมี่ญี่ปุ่นผัดไข่ Stir Fried Japanese noodle with Egg	มันฝรั่งทอด Fried Potato	ไก่ต้มน้ำปลา Boiled Chicken in Fish Sauce	
Hot soup / Noodle	แกงจืดตำลึงหมูสับ Vegetable gourd soup with minced pork	แกงจืดฟักหมูก้อน Winter melon with Minced Pork Soup	มิโซะซุป์ Miso Soup	แกงจืดเต้าหู้หมูสับ Clear soup with minced Pork	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Egg	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่ต้ม Boiled Eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ตุ๋น Steamed Egg	ไข่เจียว Thai Omelets	
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 06-10/10/2025		Lunch				Primary/Secondary
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดใส่กรอกไก่ Fried Rice with Chicken sausage	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice ข้าวผัดโบราณหมู Fried rice with pork	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	
Vegetarian	ผัดฟักทองใส่ไข่ Stir Fried Pumpkin with Egg	ผัดบวบใส่ไข่ Stir Fried zucchini with Egg	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ผัดถั่วงอกเต้าหู้ Stir Fried Tofu with Bean Sprouts	ผัดขี้เหล็ก Grilled vegetable	
Vegetable	Sugar Pea/ Pumpkin/	Long bean /Cauliflower/ Carrots	Broccoli/ Mushrooms/ Carrots	Broccoli / Baby corn/ Carrots	Sugar Pea/ Pumpkin/ cherry tomatoes	
Egg-based Dish	ไข่ต้ม Boiled Eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่ตุ๋น Steamed Egg	ไข่เจียว Thai Omelets	
Main Dish 1	บาร์บีคิวหมู(เสียบไม้) BBQ Roasted Pork	หมูผัดซอสเกาหลี Fried Pork with Korea sauce	สเต็กหมูซัลซ่าป๊อป Pork Steak with Salsa Paprika	ไก่ป๊อป Chicken Pop	Pork Piccata	
Main Dish 2	ผัดกะเพราไก่ Stir-fried basil chicken	ไก่นิวออลีน New Orleans Chicken	ไก่ทอดซอสเกาหลี Fried Chicken with Korean Sauce	Shepherd's Pie	ปลาึ่งมะนาว Steamed fish with lime	
Hot Soup	แกงจืดตำลึงหมูสับ Vegetable gourd soup with minced pork	ต้มยำหมูแดง Tom-Yum Spicy Soup with Bouncing Pork	มิโซะซุป์ Miso Soup	แกงจืดเต้าหู้หมูสับ Clear soup with minced Pork	สตูหมู Pork Stew	
Noodle Station	ก๋วยเตี๋ยวหมูสับต้มยำ Tom-Yum Spicy Pork Noodles	ชาบูน้ำดำ Black broth shabu	ราเมน Ramen	เย็นตาโฟ Pink Noodle Soup (Yen Ta Fo)	บะหมี่หมูแดง Egg Noodle with BBQ Pork	
Side Dish	ก๋วยเตี๋ยวคั่วไข่ Stir Fried Noodles with egg	ข้าวโพดผัดเนย Stir fried corn with butter	เส้นหมี่ญี่ปุ่นผัดไข่ Stir Fried Japanese noodle with Egg	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	ผักโขมอบชีส Baked Spinach with Cheese	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham Cheese Sandwich	Ham Cheese Sandwich	ลอดช่องน้ำกะทิ Thai desserts(Lod Chong Dessert in Coconut Milk)	Ham Cheese Sandwich	Ham Cheese Sandwich	