



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week4 20-24/10/2025		Morning Snack				All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ขนมปังกรอบรูปชีฟู้ด Biscuits	แครกเกอร์ Crackers	กล้วยไข่ Banana	คอนเฟลค Cornflake	ซีเรียล Cereal	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week4 20-24/10/2025		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	โรลเค้ก Roll Cake	ขนมปังไส้สังขยา Pandan Custard Bread	แซนวิชแยม Jam sandwiches	พายไก่ไวท์ซอส Chicken pie	เดนิชช็อคโกแลตสติค Danish Chocolate Stick	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week4 20-24/10/2025		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 ข้าวผัดใส่กรอกไก่ 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	พาสต้าคาโบนาร่าแฮมหมู Pasta Carbonara with Pork Ham	Mac & Cheese	ผัดผักกาดขาว Stir-fried bok choy	
Main Dish 2 Thai/Asian	สเต็กหมูซอสบาร์บีคิว Pork Steak with BBQ sauce	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	ข้าวมันไก่ Steamed rice topped with chicken	หมูกระเทียม Fried pork with garlic	ไก่ทอดหัดใหญ่ Fried chicken	
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	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น Japanese Steamed eggs	ไข่ต้ม Boil Egg	ไข่เจียว Thai Omelets	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham Sandwich	Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	Ham Sandwich	Cheese Sandwich	

Seasonal Fruits/Salad bar



HEATHFIELD
INTERNATIONAL
SCHOOL

MAIN MENU FOR Y1-Y13 STUDENT



Week4 20-24/10/2025		Lunch				Primary/Secondary
Food/ day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steamed rice & Brown rice	ข้าวหอมมะลิ และข้าวกล้อง Steam rice & Brown rice 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	ผัดผักสี่สหายน้ำแดง Stir Fried Vegetables in brown Sauce	ผัดบรอกโคลี Stir Fried Broccoli	เทมปุระผัก Vegetable tempura	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ผัดผักกาดขาว Stir-fried bok choy	
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	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น Japanese Steamed eggs	ไข่ลูกเขย Fried Boiled Egg with Tamarind Sauce	ไข่เจียว Thai Omelets	
Main Dish 1	ผัดผงกะหรี่ไก่ Stir Fried Chicken with Curry Powder	ลาซานญ่าหมูสับ Lasagna	สปาเก็ตตี้ซอสครีมเห็ดทรัฟเฟิล Spaghetti Truffle Cream Sauce	หมูกระเทียม Fried pork with garlic	ไก่ทอดหัดใหญ่ Fried chicken	
Main Dish 2	สเต็กหมูซอสบาร์บีคิว Pork Steak with BBQ sauce	ปลาทอดซอสครีมหัวหอม Fried fish with onion cream sauce	ข้าวมันไก่ Steamed rice topped with chicken	สปาเก็ตตี้พริกแห้งเบคอน Spaghetti dried chili and bacon	พิซซ่าญี่ปุ่นใส่เบคอน Okonomiyaki	
Hot Soup	แกงจืดแตงกวายัดไส้มหมู Stuffed Cucumber with Minced Pork Soup	ซุปรเห็ด Mushrooms Soup	แกงจืดหัวไชเท้าใส่หมูสับ White Radish with 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	อุด้ง Udon	ก๋วยเตี๋ยวหมูน้ำตก/น้ำใส Noodles with Pork (Nam Tok Moo)	บะหมี่เกี๊ยวหมูสับ หมูแดง Pork Wonton Noodle Soup	
Side Dish	ผัดหมี่ข้าว Stir-fried Noodles	ขนมปังกระเทียม Garlic bread	มันฝรั่งอบ Roasted Potato	ผัดไทย Pat Thai	เส้นหมี่ญี่ปุ่นผัดไข่ Stir Fried Japanese noodle with Egg	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham&Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	Ice Cream	Ham&Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	