



HEATHFIELD  
INTERNATIONAL  
SCHOOL

# MAIN MENU FOR EY STUDENT



Week5 26-30/01/2026		Morning Snack				All Student
Morning Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	ขนมปังกรอบรูปซีฟู้ด Biscuits	แครกเกอร์ Crackers	กล้วยไข่ Banana	คอนเฟลค Cornflake	ซีเรียล Cereal	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week5 26-30/01/2026		Afternoon Snack				All Student
Afternoon Snack/ Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Snack/Fruit	โรลเค้ก Roll Cake	ขนมปังไส้สังขยา Pandan Custard Bread	ครัวซองต์ Croissant	วาฟเฟิล Waffle	เดนิชช็อคโกแลตสติ๊ก Danish Chocolate Stick	
Dairy Product	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk	Whole milk

Week5 26-30/01/2026		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	สแต็กหมู Pork steak	หมูกระเทียม Fried pork with garlic	มันฝรั่งอบ(หันเต๋า) Roasted Potato	ผัดผักรวม Stir fried mixed vegetables	ผัดผักกาดขาว Stir-fried bok choy	
Main Dish 2	ผัดหมี่ข้าว Stir-fried Noodles	ผัดบรอกโคลี Stir Fried Broccoli	ข้าวมันไก่ Steamed rice topped with chicken	ไก่นิวออลีน New Orleans Chicken	ไก่ทอดซอสเกาหลี Fried chicken with Korea sauce	
Hot soup / Noodle	แกงจืดแตงกวายัดไส้หมู Stuffed Cucumber with Minced Pork Soup	ซุปรเห็ด Mushrooms Soup	แกงจืดไข่น้ำหมูสับ Omelet Soup with Minced Pork	แกงจืดสาหร่ายหมูสับ Seaweed soup with minced chicken	ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กลูกชิ้นหมู Pork Ball Noodle Soup	
Egg	ไข่ดาว Fried Eggs	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น Japanese Steamed eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	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



Week5 26-30/01/2026		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	ผัดบร็อคโคลี่ 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	ไข่ตุ๋นญี่ปุ่น Japanese Steamed eggs	ไข่พะโล้ Egg Stew	ไข่ลูกเขย Fried Boiled Egg with Tamarind Sauce	ไข่เจียว Thai Omelets	
Main Dish 1	ผัดผงกะหรี่ไก่ Stir Fried Chicken with Curry Powder	หมูกระเทียม Fried pork with garlic	ลาซานญาหมูสับ Lasagna	สปาเก็ตตี้มีทบอลหมู Spaghetti Meat Ball with pork	ไก่ทอดซอสเกาหลี Fried chicken with Korea sauce	
Main Dish 2	สเต็กหมูพริกไทยดำ Pork steak with black pepper	สปาเก็ตตี้พริกแห้งเบคอน Spaghetti dried chili and bacon	ข้าวมันไก่ Steamed rice topped with chicken	ไก่นิวออลีน New Orleans Chicken	ขนมปังโฮลไซและเบคอน Toast with egg and bacon	
Hot Soup	แกงจืดแตงกวายัดไส้มหมู Stuffed Cucumber with Minced Pork Soup	ซุปรเห็ด Mushrooms Soup	แกงจืดหัวไชเท้าไส้มหมูสับ White Radish with Pork	แกงจืดสาหร่ายหมูสับ Seaweed soup with minced pork	แกงกะหรี่ญี่ปุ่นไส้มหมู Japanese curry with pork	
Noodle Station	ก๋วยเตี๋ยวหมูสับต้มยำ Tom-Yum Spicy Pork Noodles	สุกี้หมู Suki Pork	อุด้ง Udon	ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็กลูกชิ้นหมู Pork Ball Noodle Soup	บะหมี่เกี๊ยวหมูสับ หมูแดง Pork Wonton Noodle Soup	
Side Dish	ผัดหมี่ข้าว Stir-fried Noodles	ขนมปังกระเทียม Garlic bread	ผัดไทย Pat Thai	มันฝรั่งอบ(หันเต้า) Roasted Potato	พายปลาแซลมอน Salmon pie	
Sandwich Bar/Special Menu	Ham&Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	สาคูแคนดาลูป Tapioca Melon Dessert Soup (shako cantaloupe)	Ham&Cheese Sandwich	Ham&Cheese Sandwich	