

















# Primary September 2024 Food Menu

Date	Morning Snack	Lunch	Afternoon Snack
Mon. 2	Butter bread, milk and fruit ขนมปังเนยสด นมสด ผลไม้	Apple roasted pork/chicken, rice, stir-fried pumpkin, macaroni soup, onion tempura and salad ข้าวสวย หมู/ไก่อบซอสแอปเปิล ผัดฟักทอง ซุปมักริโชนี เเทมประหอมหัวใหญ่ และสลัดผักสด	Taiwanese castella cake and fruit เค้กไข่ไต้หวัน และผลไม้
Tue. 3	Waffle, milk and fruit วาฟเฟิล นมสด ผลไม้	Grilled fish, rice, steamed egg, miso soup, spinach quesadillas and salad ข้าวสวย ปลาย่าง ไช้ตุน ซุปมิโซะ เคสชาติถั่วผักขม และสลัดผักสด	Strawberry tart and fruit ทาร์ตสตรอว์เบอร์รี่ และผลไม้
Wed. 4	Plain yogurt, cracker and fruit โยเกิร์ตธรรมชาติ แครกเกอร์ ผลไม้	Tomato sauce spaghetti, pork/chicken steak, sauteed potato, mushroom soup and salad สปาเก็ตตี้ซอสมะเขือเทศ สเต็กหมู/ไก่ มันทอด ซุปเห็ด และสลัดผักสด	Fruit jelly and potato chips เยลลี่ผลไม้ และมันฝรั่งอบกรอบ
Thur. 5	Cornflakes, milk and fruit คอนเฟล็กซ์ นมสด ผลไม้	Minced chicken-potato pancake, rice, egg sausage soup, stir-fried vegetable and salad ข้าวสวย ทอดมันไก่บด-มันฝรั่ง ซุปไข่ลูกรอก ผัดผักสามสี และสลัดผักสด	Popcorn and fruit ป๊อปคอร์น และผลไม้
Fri. 6	Tuna cracker, milk and fruit แครกเกอร์ทูน่า นมสด ผลไม้	Grilled pork/chicken, sticky rice, papaya salad, omelette, corn and clear soup ข้าวเหนียว หมู/ไก่ย่าง ส้มตำ ไช้เจียว ข้าวโพดแกงเมียด และซุปใส	Ice cream and fruit ไอศกรีม และผลไม้
Mon. 9	Ham/Jam sandwich, milk and fruit แซนวิชแฮม/แยม นมสด ผลไม้	Braised chicken in fish sauce, rice, spring pancake, stir-fried glass noodle, rice noodle soup and salad ข้าวสวย ไก่ต้มหน้าปลา ปอเปี๊ยะกระจก ผัดวุ้นเส้น ซุปเกียมอ และสลัดผักสด	Chiffon cake and fruit ชีฟ่อนเค้กฝอยทอง และผลไม้
Tue. 10	Mixed-cereal, milk and fruit มิกซ์ซีเรียล นมสด ผลไม้	Deep fried breaded chicken, egg fried rice, glass noodle soup, corn and salad ข้าวผัดไข่ ไก่ชุบเกล็ดขนมปังทอดกรอบ ซุปวุ้นเส้น ข้าวโพดต้ม และสลัดผักสด	Chinese cream bun and fruit ซาลาเปาไส้ครีม ผลไม้
Wed. 11	Plain yogurt, cracker and fruit โยเกิร์ตธรรมชาติ แครกเกอร์ ผลไม้	Pork/Chicken sauce pasta, butter grilled fish, sauteed potato, corn soup and salad พาสต้าซอสหมู/ไก่ ปลาย่างเนย มันทอด ซุปข้าวโพด และสลัดผักสด	Madeleine and fruit ขนมไข่ และผลไม้
Thur. 12	Banana pancake, milk and fruit แพนเค้กกล้วยหอม นมสด ผลไม้	Garlic pork/chicken, brown rice, stir-fried green peas, egg soup, fried enokitake and salad ข้าวกล้อง หมู/ไก่กระเทียม ผัดถั่วงอกเตาหวาน ซุปไข่น้ำ เห็ดเข็มทองทอดกรอบ และสลัดผักสด	Fruit jelly and potato chips เยลลี่ผลไม้ และมันฝรั่งอบกรอบ
Fri. 13	Chicken sausage bread, milk and fruit ขนมปังไส้กรอกไก่ นมสด ผลไม้	Noodle soup, steamed pork/chicken, meatballs, fried wonton, boiled corn and salad ก๋วยเตี๋ยวน้ำ หมู/ไก่ตุ๋น ลูกชิ้น เกี้ยวทอด ข้าวโพดต้ม และสลัดผักสด	Ice cream and fruit ไอศกรีม และผลไม้

Date	Morning Snack	Lunch	Afternoon Snack
Mon. 16		Teacher Professional Development Day (No School for Student)	
Tue. 17	Croissant/jam, milk and fruit ครัวซอง/แยม นมสด ผลไม้ 	Pork/Chicken in brown sauce, rice, boiled egg, sesame fried chicken, stir-fried broccoli-mushroom and salad ข้าวสวย หมู/ไก่พะโล้ ไช้ต้ม ไก่คลุกงา ผัดบล็อกโคลี่-เห็ดหอม และสลัดผักสด	Eclair and fruit แอเคลร์ และผลไม้ 
Wed. 18	Plain yogurt, cracker and fruit โยเกิร์ตธรรมชาติ แครกเกอร์ ผลไม้	Japanese curry, rice, gyoza(Japanese dumplings), miso soup and salad ข้าวสวย แกงกะหรี่ญี่ปุ่น เกียวซ่า ซุปมิโซะ และสลัดผักสด	Fruit salad and potato chips ฟรุตสลัด และมันฝรั่งอบกรอบ 
Thur. 19	Cornflakes, milk and fruit คอนเฟล็กซ์ นมสด ผลไม้ 	Tomato sauce spaghetti, pork/chicken ton katsu, mashed potato, pumpkin soup, grilled vegetable and salad สปาเก็ตตี้ซอสมะเขือเทศ หมู/ไก่ทงคัตสึ มันบด ซุปฟักทอง ผักย่าง และสลัดผักสด	Crispy coconut crepes and fruit ทองม้วนกะทิสด และผลไม้
Fri. 20	Steamed bread /custard, milk and fruit ขนมปังนึ่ง/สังขยา นมสด ผลไม้ 	Fried pork/chicken, sticky rice, papaya salad, omelette, corn and clear soup ข้าวเหนียว หมู/ไก่ทอด ส้มตำ ไข่เจียวทรงเครื่อง ข้าวโพดแกงเม็ด และซุปลี	Ice cream and fruit ไอศกรีม และผลไม้ 
Mon. 23	Crab sticks/Jam sandwich, milk and fruit แซนวิชปูอัด/แยม นมสด ผลไม้ 	Crispy fried chicken, rice, stuffed egg, potato soup and salad ข้าวสวย ไก่ทอดกรอบ ไช้ยัดไส้ ซุปมันฝรั่ง และสลัดผักสด	Flapjack and fruit ข้าวโอ๊ตบาร์ และผลไม้
Tue. 24	Mixed-cereal, milk and fruit มิกซ์ซีเรียล นมสด ผลไม้ 	Mixed-fried rice, Chicken satay, fried mushroom, sacu soup and salad ข้าวผัดรวมมิตร สเต๊ะไก่ เห็ดทอด ซุปสากุ และสลัดผักสด	Strawberry sauce bun and fruit ขนมปังซอสสตรอว์เบอร์รี่ และผลไม้
Wed. 25	Plain yogurt, cracker and fruit โยเกิร์ตธรรมชาติ แครกเกอร์ ผลไม้	Carbonara sauce spaghetti, chicken finger, French fries, vegetable soup and salad สปาเก็ตตี้ซอสคาโบนาร่า ฟิงเกอร์ไก่ เฟรนช์ฟรายส์ ซุปผักรวม และสลัดผักสด	Fruit jelly and ABC cracker เยลลี่ผลไม้ และขนมปังกรอบ ABC 
Thur. 26	Pancake, milk and fruit แพนเค้ก นมสด ผลไม้ 	Teriyaki grilled fish, rice, stir-fried vegetable, miso soup, spring roll and salad ข้าวสวย ปลาย่างซอสเทอริยากิ ผัดผักรวม ซุปมิโซะ ปอเปี๊ยะ และสลัดผักสด	Sweet potato balls and fruit ขนมไชนกกระทา และผลไม้ 
Fri. 27	Tuna cracker, milk and fruit แครกเกอร์ทูน่า นมสด ผลไม้ 	Egg noodle, wonton, marinated pork/chicken, fish ball, fried wonton, corn and salad บะหมี่เกี๊ยว หมู/ไก่แดง ลูกชิ้นปลา เกี๊ยวทอด ข้าวโพดต้ม และสลัดผักสด	Ice cream and fruit ไอศกรีม และผลไม้ 
Mon. 30	French toast, milk and fruit เฟรนช์ทอสต์ นมสด ผลไม้ 	Boneless chicken rice, soup, okonomiyaki (Japanese pizza), corn and salad ข้าวมันไก่ ซุปฟักเขียว พิซซ่านญี่ปุ่น ข้าวโพดต้ม และสลัดผักสด	Butter cake and fruit เค้กเนยสด และผลไม้ 