



LUNCH MENU for Primary & Secondary (March 2023)

เมนูอาหารกลางวัน ประถม-มัธยม (มีนาคม 2566)

Day	Monday จันทร์	Tuesday อังคาร	Wednesday พุธ	Thursday พฤหัสบดี	Friday ศุกร์
Date	13/3/2023	14/3/2023	1/3/2023, 15/3/2023	2/3/2023, 16/3/2023	3/3/2023, 17/3/2023
Main	Stewed Pork สตูหมู 	Roasted Chicken with Herbs ไก่อบสมุนไพร 	Stir-fried Pork with Onion หมูผัดหอมหัวใหญ่ 	Braised Egg and Tofu in Soy Soup ไข่พะโล้เต้าหู้ 	Chicken Noodle Soup with Gourd ก๋วยเตี๋ยวไก่มะระ
Main	Stir-fried Chicken with Ginger ไก่ผัดขิง 	Pineapple Sour Curry with Pork แกงส้มสับปรดหมู 	Roasted Chicken Curry with Pineapple Tomato แกงเผ็ดไก่ย่าง 	Stir-fried Chicken with Chilli ไก่ผัดพริกสด 	Big Noodle and Pork in Gravy Sauce เส้นใหญ่ราดหน้าหมู
Vegetarian	Stir-fried Cabbage with Sesame Oil กะหล่ำปลีผัดน้ำมันงา 	Stir-fried Morning Glory with Mushroom Sauce ผักบุ้งไฟแดง 	Stir-fried Mixed Vegetables ผัดผักรวมมิตร 	Stir-fried Chinese Kale Mushroom Sauce คะน้าผัดซอสเห็ดหอม 	Chinese Fried Noodle with Tofu ผัดหมี่ซั่วจีนใส่เต้าหู้
Secondary Special		Stir-fried Instant Noodles with Chicken ผัดมามาใส่ไก่ 		Roasted Chicken Mushroom Red Sauce with Rice ข้าวไก่อบซอสเห็ด 	
Rice ข้าว	Steamed Rice ข้าวสวย	Steamed Rice ข้าวสวย	Steamed Rice ข้าวสวย	Steamed Rice ข้าวสวย	
Salad/ Fruits สลัด/ผลไม้	Salads สลัด	Salads สลัด	Salads สลัด	Salads สลัด	Salads สลัด
Day	Monday จันทร์	Tuesday อังคาร	Wednesday พุธ	Thursday พฤหัสบดี	Friday ศุกร์
Date	6/03/2023	7/3/2023	8/3/2023	9/3/2023	10/3/2023
Main	Chicken Teriyaki ไก่เทอริยากิ 	Thai Omelette with Spring Onion ไข่เจียวต้นหอม 	Garlic Roasted Pork หมูอบกระเทียมยอดคะน้า 	Pineapple and Pork Clear Soup หมูต้มสับปรด 	Minced Pork Noodle Soup ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ
Main	Water Morning Glory Curry with Pork แกงเทโพหมู 	Stir-fried Minced Pork Basil Leaves ผัดกะเพราหมูสับ 	Spicy Chicken and Mushroom Soup with Chilli Paste ต้มยำไก่เห็ดน้ำขุ่น 	Stir-fried Chicken with Chili Paste and Long Beans ไก่ผัดพริกแกงถั้วผักยาว 	Stir-fried Big Noodle and Chicken with Dark Soy Sauce เส้นใหญ่ผัดซีอิ๊วไก่
Vegetarian	Stir-fried Vermicelli and Vegetables & Egg วุ้นเส้นผัดผักรวมไข่ 	Stir-fried Mixed Vegetables ผัดผักรวมมิตร 	Pasta Marinara พาสต้าซอสผัด 	Stir-fried Chinese Okra with Egg บวบผัดไข่ 	Stir-fried Noodle with Tamarind Sauce ผัดหมี่โคราช
Secondary Special		Braised Noodle Soy Soup with Egg ก๋วยจั๊บน้ำขุ่น 		Chicken Biryani ข้าวหมกไก่ 	
Rice ข้าว	Steamed Rice ข้าวสวย	Steamed Rice ข้าวสวย	Steamed Rice ข้าวสวย	Steamed Rice ข้าวสวย	
Salad/ Fruits สลัด/ผลไม้	Salads สลัด	Salads สลัด	Salads สลัด	Salads สลัด	Salads สลัด

Remarks: Allergen Icons description: seafood soya egg sesame wheat dairy product