












WEEK 12	Category	Monday / วันจันทร์ 16 November 2020
Breakfast / อาหารเช้า 	Main Western ตะวันตก	Strawberry pancake + honey + butter + cereal + yogurt แพนเค้กกลิ่นสตอรวเบอร์ + น้ำผึ้ง + เนย + ซีเรียล + โยเกิร์ต
		sausages + bacon + fried eggs ฮอทด็อก + เบคอน + ไข่ดาว
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Chinese steamed rice noodles (V) ก๋วยเตี๋ยวหลอด (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Bonchon chicken ไก่อบซอน
	Pasta / Noodle / Soup เส้น / ก๋วยเตี๋ยว / น้ำซุป	Chinese vegetable stew with pork ต้มจับฉ่ายหมู
	Rice / ข้าว	Steamed rice / Mini buns ข้าวสวย / ซาลาเปาจิว
	Bread / ขนมปัง	Bread (V) / ขนมปัง
	Salad bar / สลัดบาร์	Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
	Fruits / ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
	Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้
	Morning snack / ของว่างเช้า	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	LUNCH / อาหารกลางวัน 	-STARTERS-
Western cream soup ครีมซूपแบบตะวันตก		Corn cream soup + Crouton ซूपข้าวโพด + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
Salad / สลัด		Potato salad สลัดมันฝรั่ง
-MAIN COURSES-		-MAIN COURSES-
Main Western ตะวันตก		Goulash soup with minced pork + pasta กอลาซหมูสับ + พาสต้า
		Baked carrot and asparagus (V) แครอทและหน่อไม้ฝรั่งอบ (มังสวิรัต)
Vegetarian (V) มังสวิรัต		Battered Enokitake (V) เห็ดเข็มทองทอดกรอบ (มังสวิรัต)
Asian food เอเชีย		Minced minced pork spicy salad ลาบไก่สับไม่เผ็ด
Soup / Noodle แกงซूप / ก๋วยเตี๋ยว		Boat noodles with stew chicken drumsticks ก๋วยเตี๋ยวเรือทรงไก่ตุ๋น
-SIDES-		-SIDES-
Bread (V) ขนมปัง		French baguette (V) / ขนมปังฝรั่งเศส
Potatoes (V) มันฝรั่ง		Jacket potatoes + side dish (V) มันฝรั่งอบเนยทั้งเปลือก + เครื่องเคียง
Rice (V) ข้าว		Steamed rice (V) / ข้าวสวย
Salad bar (V) สลัดบาร์		Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
-DESSERTS-		-DESSERTS-
Fruits (V) / ผลไม้		Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
Dessert (V) / ขนมหวาน		Sticky rice in coconut milk and sweet corn ข้าวเหนียวเปียกข้าวโพด
-BEVERAGES-		-BEVERAGES-
Water / น้ำดื่ม		Chilled water / น้ำเปล่า
Milk / นม		Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	
Afternoon snack / ของว่างบ่าย	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล	
Dinner / อาหารเย็น 	-MAIN COURSES-	-MAIN COURSES-
	Main Western ตะวันตก	Roasted chicken breast with butter อกไก่อบเนย
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Stir-fried asparagus (V) หน่อไม้ฝรั่งผัด (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Stir-fried kale with minced pork ผัดคะน้าหมูสับ
	Soup / curry แกงซूप	Savoury curry with pork พะแนงหมู
	-SIDES-	-SIDES-
	Bread (V) ขนมปัง	French baguette (V) ขนมปังฝรั่งเศส
	Rice (V) ข้าวสวย	Steamed rice (V) ข้าวสวย
	Salad bar (V) สลัดบาร์	Salad bar selection (V) สลัดบาร์
	Fruits (V) ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	-BEVERAGES-	-BEVERAGES-
	Water / น้ำดื่ม	Chilled water / น้ำเปล่า
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	






WEEK 12	Category	Tuesday / วันอังคาร 17 November 2020
Breakfast / อาหารเช้า 	Main Western ตะวันตก	French toast + honey + butter + cereal + yogurt เฟรนช์ทอส + น้ำผึ้ง + เนย + ซีเรียล + โยเกิร์ต
		bacon + sausages + fried eggss เบคอน + ฮอทด็อก + ไชดาว
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Thai style eggs tofu stir-fry with celery (V) เต้าหู้ไข่ผัดขึ้นฉ่าย (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Fried rice with chinese sausages ข้าวอบกุนเชียง
	Pasta / Noodle / Soup เส้น / ก๋วยเตี๋ยว / น้ำซุป	Pumpkin red curry with chicken แกงพริกทองไก่
	Rice / ข้าว	Steamed rice / Boiled rice soup ข้าวสวย / ข้าวต้ม
	Bread / ขนมปัง	Bread (V) / ขนมปัง
	Salad bar / สลัดบาร์	Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
	Fruits / ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
	Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้
	Morning snack / ของว่างเช้า	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
LUNCH / อาหารกลางวัน 	-STARTERS-	-STARTERS-
	Western cream soup ครีมซूपแบบตะวันตก	Sugar peas cream soup + Crouton ครีมซूपถั่วแดง + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	Salad / สลัด	Tomato salsa ซัลซามะเขือเทศ
	-MAIN COURSES-	-MAIN COURSES-
	Main Western ตะวันตก	German pork knuckle ขาหมูเยอรมัน
		Mashed potato and baked tomato (V) มันบด + มะเขือเทศอบ (มังสวิรัต)
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Spagheitti in mushroom sauce (V) สปาเก็ตตี้ซอสเห็ด (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Spicy catfish salad ยำปลาคุกฟู
	Soup / Noodle แกงซूप / ก๋วยเตี๋ยว	Tom Yum noodle with shredded chicken บะหมี่ต้มยำไก่ฉีก
	-SIDES-	-SIDES-
	Bread (V) ขนมปัง	French baguette (V) / ขนมปังฝรั่งเศส
	Potatoes (V) มันฝรั่ง	Fried Crinkle cut potato + side dish (V) มันฝรั่งแท่งชิ้นใหญ่ทอด + เครื่องเคียง
	Rice (V) ข้าว	Steamed rice (V) / ข้าวสวย
	Salad bar (V) สลัดบาร์	Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
	-DESSERTS-	-DESSERTS-
	Fruits (V) / ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	Dessert (V) / ขนมหวาน	Black jelly in syrup เจลาตติน
	-BEVERAGES-	-BEVERAGES-
	Water / น้ำดื่ม	Chilled water / น้ำเปล่า
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	
Afternoon snack / ของว่างบ่าย	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล	
Dinner / อาหารเย็น 	-MAIN COURSES-	-MAIN COURSES-
	Main Western ตะวันตก	German truffle Frikadelle with bacon เยอรมันมีทบอลเห็ดทรัฟเฟิลกับเบคอน
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Stir-fried kelp noodle with mushroom (V) เส้นแกว่คั่วเห็ด (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Boiled pork with lime garlic and chili sauce หมูนึ่งมะนาว
	Soup / curry แกงซूप	Pickled lettuce soup with drumsticks แกงจืดผักกาดดองงอกไก่
	-SIDES-	-SIDES-
	Bread (V) ขนมปัง	French baguette (V) ขนมปังฝรั่งเศส
	Rice (V) ข้าวสวย	Steamed rice (V) ข้าวสวย
	Salad bar (V) สลัดบาร์	Salad bar selection (V) สลัดบาร์
	Fruits (V) ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	-BEVERAGES-	-BEVERAGES-
	Water / น้ำดื่ม	Chilled water / น้ำเปล่า
Milk / นม	Chilled milk / นมสด	
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	






WEEK 12	Category	Wednesday / วันพุธ 18 November 2020
Breakfast / อาหารเช้า 	Main Western ตะวันตก	Sushi sandwich + honey + butter + cereal + yogurt ซูชิขนมปัง + น้ำผึ้ง + เนย + ซีเรียล + โยเกิร์ต
		bacon + sausages + fried eggs เบคอน + สอทอด + ไข่ดาว
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Fried rice (V) ข้าวผัดสามสี (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Stir fried macaroni with bacon มะกะโรนีผัดเบคอน
	Pasta / Noodle / Soup เส้น / ก๋วยเตี๋ยว / น้ำซุป	Clear soup with seaweed and minced pork ต้มจืดสาหร่ายหมูสับ
	Rice / ข้าว	Steamed rice / Pork dumplings ข้าวสวย / ขนมหิวหมู
	Bread / ขนมปัง	Bread (V) / ขนมปัง
	Salad bar / สลัดบาร์	Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
	Fruits / ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
	Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้
	Morning snack / ของว่างเช้า	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	LUNCH / อาหารกลางวัน 	-STARTERS-
Western cream soup ครีมซूपแบบตะวันตก		Traditional French onion soup + Crouton ซูปใสหอมใหญ่แบบฝรั่งเศส + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
Salad / สลัด		Russian salad รัสเซียสลัด
-MAIN COURSES-		-MAIN COURSES-
Main Western ตะวันตก		Chicken steak BBQ sauce สเต็กไก่ซอสบาร์บีคิว
		Baked Pineapple with honey (V) สับปะรดอบ (มังสวิรัต)
Vegetarian (V) มังสวิรัต		Sweet-sour fry (V) ผัดเปรี้ยวหวาน (มังสวิรัต)
Asian food เอเชีย		Fried fish sweet-sour fry ผัดเปรี้ยวหวานปลาทอด
Soup / Noodle แกงซूप / ก๋วยเตี๋ยว		Noodle with Roast red pork ก๋วยเตี๋ยวหมูแดง
-SIDES-		-SIDES-
Bread (V) ขนมปัง		French baguette (V) / ขนมปังฝรั่งเศส
Potatoes (V) มันฝรั่ง		Mashed potato + side dish (V) มันฝรั่งบด + เครื่องเคียง
Rice (V) ข้าว		Steamed rice (V) / ข้าวสวย
Salad bar (V) สลัดบาร์		Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
-DESSERTS-		-DESSERTS-
Fruits (V) / ผลไม้		Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
Dessert (V) / ขนมหวาน		Taro in sweet coconut milk บวชเผือก
-BEVERAGES-		-BEVERAGES-
Water / น้ำดื่ม		Chilled water / น้ำเปล่า
Milk / นม		Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	
Afternoon snack / ของว่างบ่าย	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล	
Dinner / อาหารเย็น 	-MAIN COURSES-	-MAIN COURSES-
	Main Western ตะวันตก	Napoleon sausages spaghetti สปาเกตตีไส้กรอกนโปเลียน
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Stir fried tofu with bamboo shoot and holy basil (V) กะเพราหน่อไม้ฟองเต้าหู้ (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Minced pork omelette ไข่เจียวหมูสับ
	Soup / curry แกงซूप	Masaman with chicken (V) มัสมั่นไก่
	-SIDES-	-SIDES-
	Bread (V) ขนมปัง	French baguette (V) ขนมปังฝรั่งเศส
	Rice (V) ข้าวสวย	Steamed rice (V) ข้าวสวย
	Salad bar (V) สลัดบาร์	Salad bar selection (V) สลัดบาร์
	Fruits (V) ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	-BEVERAGES-	-BEVERAGES-
	Water / น้ำดื่ม	Chilled water / น้ำเปล่า
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	






WEEK 12	Category	Thursday / วันพฤหัสบดี 19 November 2020
Breakfast / อาหารเช้า 	Main Western ตะวันตก	Pork club sandwich+ honey + butter + cereal + yogurt แซนวิชคลับหมู + น้ำผึ้ง + เนย + ซีเรียล + โยเกิร์ต
		bacon + sausages + fried eggs เบคอน + สอทอด + ไข่ดาว
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Fried rice with garlic sauce (V) ข้าวผัดกระเทียม (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Boiled eggs sour and spicy salad ไข่ต้มยำ
	Pasta / Noodle / Soup เส้น / ก๋วยเตี๋ยว / น้ำซุป	Watercress soup with pork (V) ซุปรวมผักคะน้าใส่หมู
	Rice / ข้าว	Steamed rice / Boiled rice soup ข้าวสวย / ข้าวต้ม
	Bread / ขนมปัง	Bread (V) / ขนมปัง
	Salad bar / สลัดบาร์	Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
	Fruits / ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
	Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้
	Morning snack / ของว่างเช้า	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	LUNCH / อาหารกลางวัน 	-STARTERS-
Western cream soup ครีมซूपแบบตะวันตก		pumpkin cream soup + Crouton ซุปรวมฟักทอง + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
Salad / สลัด		Summer salad ซัมเมอร์สลัด
-MAIN COURSES-		-MAIN COURSES-
Main Western ตะวันตก		Roasted chicken in tamarind sauce ไก่อบซอสมะขาม
		Stir-fried macaroni (V) มัคกะโรนีผัด (มังสวิรัต)
Vegetarian (V) มังสวิรัต		Biryani with textured vegetable protine (V) ข้าวหมกโปรตีนเกษตร (มังสวิรัต)
Asian food เอเชีย		Chicken Biryani ข้าวหมกไก่
Soup / Noodle แกงซूप / ก๋วยเตี๋ยว		Pink flat noodles with pork เย็นตาโฟหมู
-SIDES-		-SIDES-
Bread (V) ขนมปัง		French baguette (V) / ขนมปังฝรั่งเศส
Potatoes (V) มันฝรั่ง		Jacket potatoes + side dish (V) มันฝรั่งอบเนยทั้งเปลือก + เครื่องเคียง
Rice (V) ข้าว		Steamed rice (V) / ข้าวสวย
Salad bar (V) สลัดบาร์		Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
-DESSERTS-		-DESSERTS-
Fruits (V) / ผลไม้		Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
Dessert (V) / ขนมหวาน		Fruit in syrup ผลไม้ลอยแก้ว
-BEVERAGES-		-BEVERAGES-
Water / น้ำดื่ม		Chilled water / น้ำเปล่า
Milk / นม		Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	
Afternoon snack / ของว่างบ่าย	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล	
Dinner / อาหารเย็น 	-MAIN COURSES-	-MAIN COURSES-
	Main Western ตะวันตก	Fish steak สเต็กปลา
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Yakisoba (V) ยากิโซบะ (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Chicken satay with peanut sauce ไก่สะเต๊ะ
	Soup / curry แกงซूप	Hot & spicy pork soup - not too spicy (V) ต้มยำใส่หมูไม่เผ็ด
	-SIDES-	-SIDES-
	Bread (V) ขนมปัง	French baguette (V) ขนมปังฝรั่งเศส
	Rice (V) ข้าวสวย	Steamed rice (V) ข้าวสวย
	Salad bar (V) สลัดบาร์	Salad bar selection (V) สลัดบาร์
	Fruits (V) ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	-BEVERAGES-	-BEVERAGES-
	Water / น้ำดื่ม	Chilled water / น้ำเปล่า
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	






WEEK 12	Category	Friday / วันศุกร์ 20 November 2020
Breakfast / อาหารเช้า 	Main Western ตะวันตก	Sandwich tuna + honey + butter + cereal + yogurt แซนด์วิชทูน่า + น้ำผึ้ง + เนย + ซีเรียล + โยเกิร์ต
		sausages + fried eggs + grilled ham สอทอด + ไช้ดาว + เบคอนย่าง
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Sour soup with mixed veggies (V) แกงส้มผักรวม (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Pineapple fried rice with chicken ข้าวผัดสับปะรดไก่
	Pasta / Noodle / Soup เส้น / ก๋วยเตี๋ยว / น้ำซุป	Winter melon red curry with pork (V) แกงคั่วหมูพริกเขียว
	Rice / ข้าว	Steamed rice / Porridge + Chinese fritters ข้าวสวย / โจ๊ก + ปาท่องโก๋
	Bread / ขนมปัง	Bread (V) / ขนมปัง
	Salad bar / สลัดบาร์	Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
	Fruits / ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
	Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้
	Morning snack / ของว่างเช้า	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	LUNCH / อาหารกลางวัน 	-STARTERS-
Western cream soup ครีมซूपแบบตะวันตก		Broccoli cream soup + Crouton ซूपครีมบร็อคโคลี่ + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
Salad / สลัด		Nicoise salad สลัดนิซัวส์
-MAIN COURSES-		-MAIN COURSES-
Main Western ตะวันตก		Battered fish & chip ปลาชุบแป้งทอด+มันฝรั่งเฟรนช์ฟรายทอด
		Fried spring rolls (V) เปาะเปี๊ยะทอด (มังสวิรัต)
Vegetarian (V) มังสวิรัต		Glass noodle spicy salad (V) ยำวุ้นเส้นรวมมิตร (มังสวิรัต)
Asian food เอเชีย		Chicken Tom Yum ต้มยำไก่
Soup / Noodle แกงซूप / ก๋วยเตี๋ยว		Ramen with pork ราเม็งหมู
-SIDES-		-SIDES-
Bread (V) ขนมปัง		French baguette (V) / ขนมปังฝรั่งเศส
Potatoes (V) มันฝรั่ง		Baked potato + side dish (V) มันฝรั่งอบฟานชีนแบน + เครื่องเคียง
Rice (V) ข้าว		Steamed rice (V) / ข้าวสวย
Salad bar (V) สลัดบาร์		Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
-DESSERTS-		-DESSERTS-
Fruits (V) / ผลไม้		Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
Dessert (V) / ขนมหวาน		Apple crumble + Ice cream Vanilla flavor แอปเปิ้ลครีมเนล + ไอศกรีมวานิลลา
-BEVERAGES-		-BEVERAGES-
Water / น้ำดื่ม		Chilled water / น้ำเปล่า
Milk / นม		Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้		Fruit juice (V) / น้ำผลไม้
Afternoon snack / ของว่างบ่าย	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล	
Dinner / อาหารเย็น 	-MAIN COURSES-	-MAIN COURSES-
	Main Western ตะวันตก	Pork chop พอร์คชอป
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Shimechi mushroom salad with pesto sauce (V) สลัดเห็ดชิเมจิซอสเพสโต (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Stir-fried crab with yellow curry powder ปูผัดผงกะหรี่
	Soup / curry แกงซूप	Chicken coconut milk soup ต้มข่าไก่
	-SIDES-	-SIDES-
	Bread (V) ขนมปัง	French baguette (V) ขนมปังฝรั่งเศส
	Rice (V) ข้าวสวย	Steamed rice (V) ข้าวสวย
	Salad bar (V) สลัดบาร์	Salad bar selection (V) สลัดบาร์
	Fruits (V) ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	-BEVERAGES-	-BEVERAGES-
	Water / น้ำดื่ม	Chilled water / น้ำเปล่า
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	



WEEK 12	Category	Saturday / วันเสาร์ 21 November 2020
Breakfast / อาหารเช้า 	Main Western ตะวันตก	Custard crepe + honey + butter + cereal + yogurt เครปคัสตาร์ด + น้ำผึ้ง + เนย + ซีเรียล + โยเกิร์ต
		sausages + bacon + star eggss ฮอทด็อก + เบคอน + ไชดาว
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Stired lotus stem with chinese mushroom (V) สายบัวผัดเห็ดหอม (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Stir-fried clams ผัดหอยลาย
	Pasta / Noodle / Soup เส้น / ก๋วยเตี๋ยว / น้ำซุป	Pork stewed in brown soup + boiled eggs พะโล้หมู + ไข่
	Rice / ข้าว	Steamed rice / Dim sum ข้าวสวย / ดิมซำ
	Bread / ขนมปัง	Bread (V) / ขนมปัง
	Salad bar / สลัดบาร์	Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
	Fruits / ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
	Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้
	Morning snack / ของว่างเช้า	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	LUNCH / อาหารกลางวัน 	-STARTERS-
Western cream soup ครีมซूपแบบตะวันตก		Brocoli cream soup + Crouton ซूपครีมบร็อคโคลี่ + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
Salad / สลัด		Tuna salad สลัดทูน่า
-MAIN COURSES-		-MAIN COURSES-
Main Western ตะวันตก		Grilled chicken with veggie stew French style ไก่ย่างกับสตูว์ผักสไตล์ฝรั่งเศส
		Boild corn (V) ข้าวโพดต้ม (มังสวิรัต)
Vegetarian (V) มังสวิรัต		stir-fried glass noodles with basil (V) ผัดกะเพราวุ้นเส้น (มังสวิรัต)
Asian food เอเชีย		stir-fried snakehead fish with celery ปลาช่อนผัดขึ้นฉ่าย
Soup / Noodle แกงซूप / ก๋วยเตี๋ยว		Vietnamese noodle soup with pork ก๋วยจั๊บญวนหมู
-SIDES-		-SIDES-
Bread (V) ขนมปัง		French baguette (V) / ขนมปังฝรั่งเศส
Potatoes (V) มันฝรั่ง		Mashed potato + side dish (V) มันฝรั่งบด + เครื่องเคียง
Rice (V) ข้าว		Steamed rice (V) / ข้าวสวย
Salad bar (V) สลัดบาร์		Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
-DESSERTS-		-DESSERTS-
Fruits (V) / ผลไม้		Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
Dessert (V) / ขนมหวาน		Ice cream ไอศกรีม
-BEVERAGES-		-BEVERAGES-
Water / น้ำดื่ม		Chilled water / น้ำเปล่า
Milk / นม		Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	
Afternoon snack / ของว่างบ่าย	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล	
Dinner / อาหารเย็น 	-MAIN COURSES-	-MAIN COURSES-
	Main Western ตะวันตก	Spaghetti sausages with fried chili พาสต้าผัดพริกแห้งใส่กรอกไม่เผ็ด
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Stir kale with soy sauce Chinese style (V) ผัดยอดคะน้า สไตลจีน (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	fried boiled eggs in tamarind sauce ไข่ลวกเขย
	Soup / curry แกงซूप	seafood hot pot โป๊ะแตกทะเล
	-SIDES-	-SIDES-
	Bread (V) ขนมปัง	French baguette (V) ขนมปังฝรั่งเศส
	Rice (V) ข้าวสวย	Steamed rice (V) ข้าวสวย
	Salad bar (V) สลัดบาร์	Salad bar selection (V) สลัดบาร์
	Fruits (V) ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	-BEVERAGES-	-BEVERAGES-
	Water / น้ำดื่ม	Chilled water / น้ำเปล่า
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	



WEEK 12	Category	Sunday / วันอาทิตย์ 22 November 2020
Breakfast / อาหารเช้า 	Main Western ตะวันตก	Pancake+ honey + butter + cereal + yogurt แพนเค้ก + น้ำผึ้ง + เนย + ซีเรียล + โยเกิร์ต
		sausages + star eggs + crispy ham ซอสดอก + ไช้ดาว + แฮมย่างกรอบ
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Stir-fried Chinese morning glory (V) ผัดผักบุ้ง (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Chicken salad rolls สลัดโรลไก่อบ
	Pasta / Noodle / Soup เส้น / ก๋วยเตี๋ยว / น้ำซุป	Wintermelon soup with shitake mushroom+minced pork แกงจืดฟักเห็ดหอมหมูบด
	Rice / ข้าว	Steamed rice / Porridge + Chinese fritters ข้าวสวย / โจ๊ก + Chinese fritters
	Bread / ขนมปัง	Bread (V) / ขนมปัง
	Salad bar / สลัดบาร์	Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
	Fruits / ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
	Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้
	Morning snack / ของว่างเช้า	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
LUNCH / อาหารกลางวัน 	-STARTERS-	-STARTERS-
	Western cream soup ครีมซूपแบบตะวันตก	Spinach cream soup + Crouton ซूपครีมผักโขม + ขนมปังกรอบทรงลูกเต๋า
	Salad / สลัด	Japanese salad สลัดญี่ปุ่น
	-MAIN COURSES-	-MAIN COURSES-
	Main Western ตะวันตก	Roasted pork ribs with honey ซี่โครงหมอบน้ำผึ้ง
		Baked carrot (V) แครอทอบ (มังสวิรัต)
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Green curry (V) แกงเขียวหวาน (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Green curry with fish ball + rice noodle แกงเขียวหวานลูกชิ้นปลากรวย + ขนมจีน
	Soup / Noodle แกงซूप / ก๋วยเตี๋ยว	Sukiyaki mixed veggie with chicken สุกี้ไก่
	-SIDES-	-SIDES-
	Bread (V) ขนมปัง	French baguette (V) / ขนมปังฝรั่งเศส
	Potatoes (V) มันฝรั่ง	Sauté potato with parsleys + side dish (V) มันฝรั่งอบย่าง + เครื่องเคียง
	Rice (V) ข้าว	Steamed rice (V) / ข้าวสวย
	Salad bar (V) สลัดบาร์	Salad bar selection (V) / สลัดบาร์
	-DESSERTS-	-DESSERTS-
	Fruits (V) / ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	Dessert (V) / ขนมหวาน	Ice cream ไอศกรีม
	-BEVERAGES-	-BEVERAGES-
	Water / น้ำดื่ม	Chilled water / น้ำเปล่า
	Milk / นม	Chilled milk / นมสด
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	
Afternoon snack / ของว่างบ่าย	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล	
Dinner / อาหารเย็น 	-MAIN COURSES-	-MAIN COURSES-
	Main Western ตะวันตก	Meatball with spinach mashed potatoes มีทบอลกับมันบดผักโขม
	Vegetarian (V) มังสวิรัต	Stir mix veggies (V) ผัดผักรวมมิตร (มังสวิรัต)
	Asian food เอเชีย	Katsudon ข้าวหน้าไก่อบไซสโตลญี่ปุ่น
	Soup / curry แกงซूप	Mushroom soup with pork ต้มยำเห็ดนางฟ้าใส่หมูไม่เผ็ด
	-SIDES-	-SIDES-
	Bread (V) ขนมปัง	French baguette (V) ขนมปังฝรั่งเศส
	Rice (V) ข้าวสวย	Steamed rice (V) ข้าวสวย
	Salad bar (V) สลัดบาร์	Salad bar selection (V) สลัดบาร์
	Fruits (V) ผลไม้	Seasonal fruit (V) / ผลไม้ตามฤดูกาล
	-BEVERAGES-	-BEVERAGES-
	Water / น้ำดื่ม	Chilled water / น้ำเปล่า
Milk / นม	Chilled milk / นมสด	
Juice / น้ำผลไม้	Fruit juice (V) / น้ำผลไม้	



Lunch Menu for Early Years

November 2020 (Week 12)

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
16-11-20	17-11-20	18-11-20	19-11-20	20-11-20
Minced pork Goulash กุลาชหมูสับ	German pork knuckles ขาหมูเยอรมัน	Chicken steak with BBQ sauce สเต็กไก่ซอสบาร์บีคิว	Fried chicken ไก่ทอด	Fried battered fish + French Fries ปลาทอดลึ่ทอด + เฟรนช์ฟรายส์
Fried chicken wings + Steamed crab sticks ปีกไก่ทอด + ปูอัด	Chicken nuggets นกเกิดไก่	Fried fish in sour and sweet sauce ผัดเปรี้ยวหวานปลาทอด	sausages ไส้กรอก	Fried spring rolls เปาะเปี๊ยะทอด
Corn cream soup ซุปครีมข้าวโพด	Red bean cream soup ซุปครีมถั่วแดง	Onion soup ซุปใสหอมใหญ่	Pumpkin cream soup ซุปครีมฟักทอง	Broccoli cream soup ซุปบร็อคโคลี่
Stir-fried pasta พาสต้าผัด	Stir-fried spaghetti with ham sauce สปาเก็ตตี้ซอสแฮม	Stir-fried penne ผัดเพนเน่	Stir-fried macaroni with bacon ผัดมกกะโรนีเบคอน	Stir-fried flat noodles with pork ผัดซีวี่เส้นใหญ่หมู
Vegetables as a side dish ผักเคียง	Vegetables as a side dish ผักเคียง	Vegetables as a side dish ผักเคียง	Vegetables as a side dish ผักเคียง	Vegetables as a side dish ผักเคียง
Steamed rice ข้าวสวย	Steamed rice ข้าวสวย	Steamed rice ข้าวสวย	Steamed rice ข้าวสวย	Steamed rice ข้าวสวย
Salad bar สลัดบาร์	Salad bar สลัดบาร์	Salad bar สลัดบาร์	Salad bar สลัดบาร์	Salad bar สลัดบาร์
Fruits ผลไม้ตามฤดูกาล	Fruits ผลไม้ตามฤดูกาล	Fruits ผลไม้ตามฤดูกาล	Fruits ผลไม้ตามฤดูกาล	Fruits ผลไม้ตามฤดูกาล