



AMERICANA

CHINESE INTERNATIONAL SCHOOL

MENU

Based on the Food Pyramid



Weekly MENU



17-21 มีนาคม 2568

วันจันทร์ที่ 17

- ข้าวมันไก่
- ซุปฟักเขียว
- สपाเกตตี้ซอสหมู
- ยำหมูยอ
- ข้าวผัดเต้าหู้เจ*
- ก๋วยเตี๋ยวต้มยำ/น้ำใส

วันอังคารที่ 18

- ก๋วยเตี๋ยวผัดไก่/หมาล่า
- มั่นบดไก่ฉีกอบชีส
- ซีโรงหมูพะโล้/เต้าหู้
- ก๋วยเตี๋ยวผัดเต้าหู้เจ*
- บะหมี่หมู/ไก่ตุ๋น

วันพุธที่ 19

- ไก่ทอดซอสน้ำแดง
- ต้มจืดเต้าหู้สาหร่าย
- เนื้อผัดพริกหยวก
- ผัดพริกหยวกเต้าเจ*
- เย็นตาโฟ

วันพฤหัสบดีที่ 20

- คิมบับ
- ไส้กรอกทอด
- ต้มจืดไข่น้ำ
- ซุปกิมจิหมูสามชั้น
- ผัดกิมจิเต้าหู้เจ*
- ก๋วยเตี๋ยวเรือ

วันศุกร์ที่ 21

โรงเรียนไม่มีการเรียนการสอน
(ประชุมผู้ปกครอง)

เมนูประจำวัน

- | | |
|----------------|---------------|
| - สลัดมันฝรั่ง | - ผลไม้ประจำ |
| - ไข่เจียว | ฤดูกาล |
| - สลัดบาร์ | - ขนมปังทาแยม |
| - อาหารเจ | - แครกเกอร์ |
| - ซิซ่าสลัด | - ขนมปังเนยสด |



Weekly MENU



March 17-21, 2025

Monday, March 17

- Boiled chicken with rice
 - Winter melon soup
 - Bolognese spaghetti
- Spicy pork sausage salad
- Vegetarian tofu fried rice*
- Noodles in clear soup/tom yum

Tuesday, March 18

- Stir-fried mala noodles with chicken
 - Mashed potato and chicken casserole
 - Braised pork ribs/tofu
- Stir-fried noodles with vegetarian tofu*
- Egg noodles with braised pork / chicken

Wednesday, March 19

- Fried chicken with red sauce
 - Clear soup with seaweed and tofu
- Stir-fried beef with sweet peppers
 - Noodles in pink soup (Yentafo)

Thursday, March 20

- Kimbap (Korean seaweed rice rolls)
 - Fried sausage
 - Omelette soup
- Kimchi soup with pork belly
- Stir-fried kimchi with vegetarian tofu*
- Boat noodles

Friday, March 21

Parent conference
(No School)

Daily Menu

- | | |
|----------------|-------------------|
| - Potato salad | - Seasonal fruits |
| - Pastry | - Bread with jam |
| - Salad bar | - Crackers |
| - Vegan meals | - Butter buns |
| - Caesar salad | |



Weekly MENU



2025年 3月17日 - 3月21日

3月17日 星期一

- 鸡油饭
- 冬瓜汤
- 肉酱意大利面
- 凉拌泰式火腿肠
- 素炒宽面*
- 清汤面/冬阴功汤面

3月18日 星期二

- 麻辣鸡肉炒面
- 土豆泥加肉酱
- 红烧猪排/豆腐
- 素豆腐炒面*
- 红烧猪肉/鸡肉鸡蛋面

3月19日 星期三

- 韩式炸鸡
- 紫菜豆腐汤
- 青椒炒牛肉
- 泰式粉红汤面
(Yentafo)

3月20日 星期四

- 紫菜包饭
- 炸香肠
- 蛋汤
- 泡菜汤配五花肉
- 素豆腐炒韩式泡菜*
- 泰式船面

3月21日 星期五

家长会
(放假)

每日供应

- | | |
|--------|--------|
| - 土豆沙拉 | - 时令水果 |
| - 点心 | - 果酱面包 |
| - 沙拉吧 | - 饼干 |
| - 素食餐点 | - 黄油面包 |
| - 凯撒沙拉 | |