



# AMERICANA

CHINESE INTERNATIONAL SCHOOL

# MENU

*Based on the Food Pyramid*





# Weekly MENU



10-14 มิถุนายน 2567

## วันจันทร์ที่ 10

- ปีกไก่ต้มน้ำปลาเห็ดหอม
- ผัดผักรวมไข่นกกระทา
  - แพนงหมู/ไก่
- พาสต้าแฮมซอสครีม

## วันอังคารที่ 11

- ข้าวผัดไข่
- ต้มจืดไก่สับลูกเงาะ  
สำหรับ  
- ผัดกระเพราเนื้อ/ไก่
- ยำแตงกวา(จีน)

## วันพุธที่ 12

- ไก่ผัดกระเทียม
- ไก่อบมันฝรั่งชีส
  - ลาบไก่
- ยำกุนเชียง

## วันพฤหัสบดีที่ 13

- สะโพกไก่ทอดกรอบ
- ผัดกะหล่ำปลีหมูกรอบ
  - แกงกะหรี่ญี่ปุ่น
- ยำทูน่า

## วันศุกร์ที่ 14

- ข้าวผัดปลาแซลม่อน
- ต้มจืดหมูสับ
- ข้าวซอยไก่

## เมนูประจำวัน

- อาหารเจ
- ผลไม้
- ก๋วยเตี๋ยว
- ขนมปังทาแยม
- สลัดบาร์
- แครกเกอร์
- ซีซาร์สลัด
- มันสลัด
- ไข่ต้ม/ไข่เจียว



# Weekly MENU



June 10-14, 2024

## Monday, June 10

- Braised chicken in fish sauce with mushroom
- Stir-fried mixed vegetables with quail eggs
- Panang chicken/pork curry
- Creamy ham pasta

## Tuesday, June 11

- Fried rice with eggs
- Minced chicken soup with seaweed
- Stir-fried beef/chicken with basil
- Cucumber salad (Chinese dish)

## Wednesday, June 12

- Stir-fried chicken with garlic
- Chicken and potatoes casserole
- Spicy minced chicken salad
- Chinese sausage spicy salad

## Thursday, June 13

- Deep fried chicken thighs
- Stir-fried cabbage with crispy pork
- Japanese curry
- Spicy tuna salad

## Friday, June 14

- Fried rice with salmon
- Clear soup with minced pork
- Northern Thai curry noodles with chicken (Khao soi)

## Daily Menu

- Vegetarian
- Fruits
- Noodles
- Bread
- Salad bar with jam
- Caesar salad
- Crackers
- Boiled eggs/ Omelette
- Potato salad





# Weekly MENU



2024年 6月10日 - 6月14日

## 6月10日 星期一

- 香菇炖鸡
- 鹌鹑蛋凉拌菜
- 咖喱鸡(猪肉)
- 意大利面

## 6月11日 星期二

- 蛋炒饭
- 紫菜鸡肉丸汤
- 罗勒炒牛肉/鸡肉
- 凉拌黄瓜(中式)

## 6月12日 星期三

- 蒜蓉鸡肉
- 法式鸡肉砂锅
- 泰北鸡肉碎
- 中式腊肠沙拉

## 6月13日 星期四

- 炸鸡腿
- 脆皮五花肉炒卷心菜
- 日本咖喱
- 金枪鱼沙拉

## 6月14日 星期五

- 三文鱼炒饭
- 肉末汤
- 北泰咖喱鸡肉面  
(Khao soi)

## 每日供应

- 煮鸡蛋/煎鸡蛋饼
- 素食
- 面条
- 沙拉/凯撒沙拉
- 时令水果
- 面包果酱
- 饼干
- 土豆沙拉