



AMERICANA

CHINESE INTERNATIONAL SCHOOL

MENU

Based on the Food Pyramid



Weekly MENU



3-7 กุมภาพันธ์ 2568

วันจันทร์ที่ 3

- ไข่ต้ม น้ำปลาเห็ดหอม
- เพนเน่แฮมไข่พริกแห้ง
- ก๋วยเตี๋ยวคั่วไก่ (ไก่ยอ)
 - ก๋วยเตี๋ยวคั่วเจ**
- ก๋วยเตี๋ยวต้มยำ/น้ำใส

วันอังคารที่ 4

- ข้าวขาหมู / น้ำซุป
- สปาเก็ตตี้คาโบนาร่า
- ผัดผักรวมเต้าหู้ปลา
- ผัดผักรวมเต้าหู้เจ**
- บะหมี่หมู/ไก่ตุ๋น

วันพุธที่ 5

- ข้าวผัดแซลมอน
- หมูผัดซอสโคชูจัง
- ต้มจืดไก่สับวุ้นเส้น
 - ยำไข่ต้ม
- เต้าหู้โคชูจังเจ**
- เย็นตาโฟ

วันพฤหัสบดีที่ 6

- อูด้ง / มิโอะซุซุป
- ไข่ทอดกรอบ
- ผัดผักทองใสไข่
- น้ำพริกกากหมู
- เต้าหู้ผัดกะเพราเจ**
- ก๋วยเตี๋ยวเรือ

วันศุกร์ที่ 7

- ไข่กรอบผัดเปรี้ยวหวาน
 - ยำวุ้นเส้นไก่ยอ
 - แพนงหมู
 - ต้มจืดไข่น้ำ
- เต้าหู้ผัดเปรี้ยวหวานเจ**
- บะหมี่เกี๊ยวหมูแดง

เมนูประจำวัน

- สลัดมันฝรั่ง
- ไข่เจียว
- สลัดบาร์
- อาหารเจ
- ซีซ่าสลัด
- ผลไม้ประจำฤดูกาล
- ขนมปังทาแยม
- แครกเกอร์
- ขนมปังเนยสด



Weekly MENU



February 3-7, 2025

Monday, February 3

- Boiled chicken in fish sauce with mushrooms
- Penne with chicken ham and dried chili
- Stir-fried rice noodles with chicken
- Vegetarian stir-fried noodles**
- Noodles in clear soup/tom yum

Tuesday, February 4

- Stewed pork leg on rice with soup
- Spaghetti Carbonara
- Stir-fried mixed vegetables with fish tofu
- Stir-fried mixed vegetables with vegetarian tofu**
- Egg noodles with braised pork / chicken

Wednesday, February 5

- Salmon fried rice
- Stir-fried pork with gochujang sauce
- Clear soup with minced chicken and glass noodles
- Boiled egg salad
- Vegetarian tofu with gochujang sauce**
- Noodles in pink soup (Yentafo)

Thursday, February 6

- Udon/Miso soup
- Crispy fried chicken
- Stir-fried pumpkin with eggs
- Pork crackling with chili paste
- Stir-fried vegetarian tofu with basil**
- Boat noodles

Friday, February 7

- Stir-fried crispy chicken with sweet and sour sauce
- Spicy glass noodles with chicken roll salad
- Panang curry with pork
- Omelette soup
- Stir-fried vegetarian tofu with sweet and sour sauce**
- Egg noodles with wonton and BBQ pork

Daily Menu

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



Weekly MENU



2025年 2月3日 - 2月7日

2月3日 星期一

- 鱼露蘑菇炖鸡
- 辣味鸡肉火腿通心粉
- 鸡肉炒面
- 素炒面**
- 清汤/冬阴功面

2月4日 星期二

- 猪脚饭
- 意大利培根奶油面
- 鱼豆腐炒杂蔬
- 素豆腐炒杂蔬**
- 红烧猪肉/鸡肉鸡蛋面

2月5日 星期三

- 三文鱼炒饭
- 辣酱炒猪肉
- 清汤鸡肉粉丝
- 水煮蛋沙拉
- 辣酱素豆腐**
- 粉红汤面 (Yentafo)

2月6日 星期四

- 乌冬面/味噌汤
- 脆皮炸鸡
- 南瓜炒鸡蛋
- 辣椒酱猪肉片
- 罗勒炒素豆腐**
- 船面

2月7日 星期五

- 糖醋汁炒香酥鸡
- 鸡肉卷沙拉配辣粉丝
- 泰式猪肉咖喱
- 蛋花汤
- 糖醋汁炒素豆腐
- 馄饨叉烧鸡蛋面

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 | |