



# AMERICANA

CHINESE INTERNATIONAL SCHOOL

# MENU

*Based on the Food Pyramid*





# Weekly MENU



16-20 ธันวาคม 2567

## วันจันทร์ที่ 16

- ข้าวผัดไข่
- ซุปมิโซะ
- ข้าวซอยไก่
- อาหารเจ
- ก๋วยเตี๋ยวต้มยำ/น้ำใส

## วันอังคารที่ 17

- ข้าวมันไก่ต้ม
- ซุปฟักเขียว
- ผัดมะเขือเทศใส่ไข่(จีน)
- อาหารเจ
- บะหมี่หมูตุ๋น

## วันพุธที่ 18

- ปลาทอด
- ต้มจืดเต้าหู้สาหร่าย
- ยำมะม่วงปลากรอบ
- อาหารเจ
- เย็นตาโฟ

## วันพฤหัสบดีที่ 19

- ไก่พะโล้ไข่นกกระทา
- ข้าวผัดแฮม
- ขนมจีนน้ำเงี้ยว
- อาหารเจ
- ก๋วยเตี๋ยวเรือ

## วันศุกร์ที่ 20

- ส้มตำ
- ไก่ย่าง/ข้าวเหนียว
- ลาบอีสานหมู
- กะหล่ำปลีผัดน้ำปลา/เจ
- บะหมี่เกี๊ยวหมูแดง

## เมนูประจำวัน

- สลัดมันฝรั่ง - ผลไม้ประจำ
- เบเกอรี่                      ถาดกุศล
- สลัดบาร์                      - ขนมปังทาแยม
- อาหารเจ                      - แครกเกอร์
- ซีซ่าสลัด                      - ขนมปังเนยสด



# Weekly MENU



*December 16-20, 2024*

## *Monday, December 16*

- Egg fried rice
- Miso soup
- Northern Thai curry noodles with chicken (Khao soi)
- Vegetarian meal
- Noodles in clear soup/tom yum

## *Tuesday, December 17*

- Boiled chicken with rice
- Winter melon soup
- Chinese-style stir-fried tomato with eggs
- Vegetarian meal
- Egg noodles with braised pork

## *Wednesday, December 18*

- Deep-fried fish
- Clear soup with tofu and seaweed
- Spicy mango salad with crispy fish
- Vegetarian meal
- Noodles in pink soup (Yentafo)

## *Thursday, December 19*

- Chicken stew with quail eggs
- Ham fried rice
- Rice vermicelli with Northern Thai curry
- Vegetarian meal
- Boat noodles

## *Friday, December 20*

- Papaya salad
- Grilled chicken/sticky rice
- Spicy pork salad
- Stir-fried cabbage with fish sauce/Vegetarian meal
- 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



2024年 12月16日 - 12月20日

## 12月16日 星期一

- 蛋炒饭
- 味噌汤
- 泰北咖喱面
- 素食
- 冬阴功汤/清汤面

## 12月17日 星期二

- 鸡油饭
- 冬瓜汤
- 番茄炒蛋(中式)
- 素食
- 卤肉鸡蛋面

## 12月18日 星期三

- 炸鱼
- 豆腐海带汤
- 青芒果沙拉香酥鱼
- 素食
- 粉红汤面

## 12月19日 星期四

- 鹌鹑蛋炖鸡
- 火腿炒饭
- 泰北咖喱米粉
- 素食
- 船面

## 12月20日 星期五

- 青木瓜沙拉
- 烤鸡/糯米饭
- 东北部辣味猪肉沙拉
- 鱼露炒卷心菜/素食
- 猪肉叉烧云吞面

## 每日供应

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