



# LUNCH MENU for Primary & Secondary (July 1-15 2026)

เมนูอาหารกลางวัน ประถม-มัธยม (1-15 กรกฎาคม 2569)

| Day<br>Date                         | Monday จันทร์<br>7/13/2026       | Tuesday อังคาร<br>7/14/2026                  | Wednesday พุธ<br>01/07/2026,15/07/2026      | Thursday พฤหัสบดี<br>7/2/2026               | Friday ศุกร์<br>7/3/2026                           |
|-------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| Main                                | Breaded Pork                     | Chicken Teriyaki                             | Braised Pork                                | Stir-fried Chicken with Bell Peppers        | Hainanese Chicken Rice and Soup                    |
| เมนูหลัก                            | หมูชุบเกล็ดขนมปังทอด             | ไก่ทอดชีส                                    | หมูตุ๋น                                     | ไก่ผัดพริกหวาน                              | ข้าวมันไก่ + ซุป                                   |
| Allergens                           | Wheat, Egg, Soy                  | Soy, Honey                                   | Soy                                         | Soy, Wheat                                  | Soy                                                |
| Main                                | Chicken Yellow Curry             | Northern Thai Minced Pork and Tomato Dip     | Chicken Green Curry                         | Thai coconut milk soup with chicken         |                                                    |
| เมนูหลัก                            | แกงกะหรี่ไก่                     | น้ำพริกผัด                                   | แกงเขียวหวานไก่                             | ต้มยำไก่                                    |                                                    |
| Allergens                           | Soy                              | Fish sauce                                   | Fish sauce                                  | Fish sauce                                  |                                                    |
| Vegetarian                          | Stir-fried Mixed Vegetables      | Stir-fried Pumpkin with Egg                  | Stir-fried tofu with mushrooms              | Braised Egg Soy Soup                        | Stir-fried Noodle with Tamarind Sauce (Phad Thai)  |
| เมนูมังสวิรัติ                      | ผัดผักรวมมิตร                    | ฟักทองผัดไข่                                 | เต้าหู้ผัดเห็ด                              | ไข่พะโล้                                    | ผัดไทยเต้าหู้                                      |
| Allergens                           | Soy                              | Egg, Soy                                     | Soy                                         | Egg, Soy                                    | Soy                                                |
| Soup and Eggs (Special for Primary) | Fried egg & Clear soup           | Minced pork and lettuce soup                 | Boiled egg & Clear soup                     |                                             | Thai Omelette                                      |
| เมนูไข่กับซุป                       | ไข่ดาว + ซุป                     | ต้มจืดหมูสับใส่ผักกาดหอม                     | ไข่ต้ม + ซุป                                |                                             | ไข่เจียว                                           |
| Allergens                           | Egg, Soy                         | Soy                                          | Egg, Soy                                    |                                             | Soy, Egg                                           |
| Secondary Special                   |                                  | Chicken Biryani                              |                                             | Stir-Fried Cabbage with Crispy Pork Belly   |                                                    |
| เมนูพิเศษสำหรับมัธยม                |                                  | ข้าวหมกไก่                                   |                                             | กระหล่ำปลีผัดหมูกรอบ                        |                                                    |
| Allergens                           |                                  | Dairy                                        |                                             | Soy                                         |                                                    |
| Rice ข้าว                           | Steamed Rice ข้าวสวย             | Steamed Rice ข้าวสวย                         | Steamed Rice ข้าวสวย                        | Steamed Rice ข้าวสวย                        | Steamed Rice ข้าวสวย                               |
| Salad/ Fruits สลัด/ผลไม้            | Salads สลัด                      | Salads สลัด                                  | Salads สลัด                                 | Salads สลัด                                 | Salads สลัด                                        |
| Day<br>Date                         | Monday จันทร์<br>7/6/2026        | Tuesday อังคาร<br>7/7/2026                   | Wednesday พุธ<br>7/8/2026                   | Thursday พฤหัสบดี<br>7/9/2026               | Friday ศุกร์<br>7/10/2026                          |
| Main                                | Honey Roasted Chicken            | Stir-fried Pork with Onion                   | Stir-fried penne and pork with tomato Sauce | Sweet Pork Stir Fry                         | Braised Pork Noodle Soup                           |
| เมนูหลัก                            | ไก่อบน้ำผึ้ง                     | หมูผัดหอมหัวใหญ่                             | พาสต้าพenneผัดหมู                           | หมูหวาน                                     | ก๋วยเตี๋ยวหมูตุ๋น                                  |
| Allergens                           | Honey, Soy                       | Soy                                          | Wheat, Soy                                  | Soy                                         | Soy                                                |
| Main                                | Winter Melon Curry with Pork     | Thai sour soup with fish and vegetables      | Glass noodle salad with minced pork         | Clear Tom Yum soup with Chicken             |                                                    |
| เมนูหลัก                            | แกงหัวแตงหมู                     | แกงส้ม                                       | ยำเส้นแก้วหมูสับ                            | ต้มยำไก่ใส                                  |                                                    |
| Allergens                           | Fish sauce                       | Seafood, Fish sauce                          | Soy                                         | Fish sauce                                  |                                                    |
| Vegetarian                          | Stir-fried Chinese Okra with Egg | Stir-Fried Glass Noodles with mix vegetables | Vegetarian green Curry                      | Stir-fried Mixed Vegetables                 | Stir-fried Big Noodle and Tofu with Dark Soy Sauce |
| เมนูมังสวิรัติ                      | บวบผัดไข่                        | วุ้นเส้นผัดผักรวม                            | แกงเขียวหวานใสโปะเต้านกเขตร                 | ผัดผักรวมมิตร                               | เส้นใหญ่ผัดซี่โครงเต้าหู้                          |
| Allergens                           | Soy, Egg                         | Soy, Egg                                     | Soy                                         | Soy                                         | Soy, Egg                                           |
| Soup and Eggs (Special for Primary) | Fried egg & Clear soup           | Winter Melon Clear soup                      | Boiled egg & Clear soup                     | Tofu and minced pork soup                   | Thai Omelette                                      |
| เมนูไข่กับซุป                       | ไข่ดาว + ซุป                     | ต้มจืดฟัก                                    | ไข่ต้ม + ซุป                                | ต้มจืดเต้าหู้หมูสับ                         | ไข่เจียว                                           |
| Allergens                           | Egg, Soy                         | Soy                                          | Egg, Soy                                    | Soy                                         | Soy, Egg                                           |
| Secondary Special                   |                                  | Spaghetti Bolognese with pork                |                                             | Crispy Fried Fish with Three Flavored sauce |                                                    |
| เมนูพิเศษสำหรับมัธยม                |                                  | สปาเก็ตตี้โบโลเนสหมู                         |                                             | ปลาทอดสามรส                                 |                                                    |
| Allergens                           |                                  | Wheat                                        |                                             | Seafood, Wheat                              |                                                    |
| Rice ข้าว                           | Steamed Rice ข้าวสวย             | Steamed Rice ข้าวสวย                         | Steamed Rice ข้าวสวย                        | Steamed Rice ข้าวสวย                        | Steamed Rice ข้าวสวย                               |
| Salad/ Fruits สลัด/ผลไม้            | Salads สลัด                      | Salads สลัด                                  | Salads สลัด                                 | Salads สลัด                                 | Salads สลัด                                        |