

Thai Chinese International School (TCIS)

Menu Snack (Breakfast - Afternoon) & Lunch November 2023



THAI CHINESE INTERNATIONAL SCHOOL

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	
Week 1	Break (Morning)			01/11/2023 - เด็กสัมหน้าнім	02/11/2023 - ขนบึงไส้กรอก	03/11/2023
				-ผัดมักกะโรนีซอสมะเขือเทศหมูสับ ๕ -ไส้กรอกทอด ๕ -ซูปชั่นข้าวโพด -ข้าวสวย -แอปเปิ้ล	-หมูย่างนมสด ๕ -ไข่พะโล้ -บล๊อคโคลี่/แครอทลวก -ข้าวสวย -แคนตาลูป	Day Off
	Break (Afternoon)			เมลอนเขียว	แตงโม	
Week 2	Break (Morning)	06/11/2023 - ลูกก๊วยเสด	07/11/2023 - แขนวิชเหนยนม	08/11/2023 - เด็กกล้วยหอม	09/11/2023 - ขนบจับหมู	10/11/2023 - มาร์เบิลเค้ก
	Lunch	-ผัดกะเพราไก่สับ(งดพริก) ๕ -แกงจืดไข่น้ำกะหล่ำปลีแครอทหมูสับ ๕ -บล๊อคโคลี่/แครอทลวก -ข้าวสวย -แตงโม	-หมูขอสเกาหลี ๕ -มิโซะซูปสาหร่ายวากาเมะเต้าหู้ไข่ -ผักกาดขาว/แครอทลวก -ข้าวสวย -องุ่นไร้เมล็ดผ่าครึ่ง	-ข้าวมันไก่ ๕ -ไข่ต้ม -แกงจืดผักหมูสับ ๕ -แตงกวา/มะเขือเทศสไลด์ -แก้วมังกร	-หมูสับผัดซีอิ้ว ๕ -แกงจืดผักกาดขาวแครอทไก่สับ ๕ -ดอกกะหล่ำ/แครอทลวก -ข้าวสวย -แคนตาลูป	-สเต็กไก่ปั้นก้อนซอสเกรวี ๕ -ซูปใสมะเขือเทศหอมใหญ่หมูสับ ๕ -มันฝรั่งผัดเนย -ข้าวสวย -มะละกอ
	Break (Afternoon)	มะละกอ	แคนตาลูป	เมลอนเขียว	แตงโม	แก้วมังกร
Week 3	Break (Morning)	13/11/2023 - ทาร์ตไข่	14/11/2023 - แขนวิชแยมสตรอเบอร์รี่	15/11/2023 - แยมโรลส้ม	16/11/2023 - ไส้กรอกไก่ทอด	17/11/2023 - เด็กช็อคโกแลตหน้าнім
	Lunch	-ไก่ย่างซอสเทอริยากิ ๕ -มิโซะซูปสาหร่ายวากาเมะเต้าหู้ไข่ -ผักกาดขาว/แครอทลวก -ข้าวสวย -แตงโม	-หมูสับผัดเต้าหู้ไข่หอมใหญ่ ๕ -แกงจืดผักกาดขาวแครอทไก่สับ ๕ -บล๊อคโคลี่/แครอทลวก -ข้าวสวย -แอปเปิ้ล	-ฟูซิลลีซอสมะเขือเทศไส้กรอก ๕ -ซูปใสมะเขือเทศหอมใหญ่ไก่สับ ๕ -มันฝรั่งผัดเนย -ข้าวสวย -แก้วมังกร	-ไก่ซูปเกล็ดขนมหึงทอด ๕ -แกงจืดแตงกวาแครอทหมูสับ ๕ -ดอกกะหล่ำ/แครอทลวก -ข้าวสวย -แคนตาลูป	-สเติร์หมูปั้นก้อน๕ -ไข่คน -ซูปใสผักรวม -ข้าวสวย -กล้วยหอม
	Break (Afternoon)	มะละกอ	แคนตาลูป	เมลอนเขียว	แตงโม	แก้วมังกร
Week 4	Break (Morning)	20/11/2023 - แอแคลร์วีนิลา	21/11/2023 - แขนวิชแยม	22/11/2023 - มัฟฟินกล้วยหอม	23/11/2023 - ซาลาเปาไส้ครีม	24/11/2023 - บราวนี่
	Lunch	-ผัดวุ้นเส้นกะหล่ำปลีหมูสับ ๕ -แกงจืดเต้าหู้ไข่ผักกาดขาวไก่สับแครอท ๕ -บล๊อคโคลี่/แครอทลวก -ข้าวสวย -แตงโม	-บะหมี่น้ำไก่ตุ๋น ๕ -ไข่ตุ๋น -กวางตุ้ง/แครอทลวก -ข้าวสวย -องุ่นไร้เมล็ดผ่าครึ่ง	-ปลาแซลม่อนย่างซอสเทอริยากิ ๕ -มิโซะซูปเต้าหู้อ่อนสาหร่ายวากาเมะ -ดอกกะหล่ำ/แครอทลวก -ข้าวสวย -แก้วมังกร	-ไก่ต้มน้ำปลา ๕ -แกงจืดสาหร่ายลูกชิ้นปลา ๕ -ดอกกะหล่ำ/แครอทลวก -ข้าวสวย -แคนตาลูป	-เพนเนคาร์โบนาร่าแฮม ๕ -เฟรนช์ฟราย -ซูปชั่นเห็ด -ข้าวสวย -มะละกอ
	Break (Afternoon)	มะละกอ	แคนตาลูป	เมลอนเขียว	แตงโม	แก้วมังกร
Week 5	Break (Morning)	27/11/2023 - ลูกก๊วยเสด	28/11/2023 - แขนวิชนูเทลล่า	29/11/2023 - แยมโรลวานิลา	30/11/2023 - เยลลี่ผลไม้	
	Lunch	-ไข่ระเบิด(ไข่เจียวทรงเครื่อง) -แกงจืดลูกเงาะหมูสับกะหล่ำปลี ๕ -บล๊อคโคลี่/แครอทลวก -ข้าวสวย -แตงโม	-ไก่ทอด ๕ -ไข่พะโล้ -ผักกาดขาว/แครอทลวก -ข้าวสวย -แอปเปิ้ล	-ข้าวหมูแดง ๕ -ไข่ต้ม -แกงจืดหัวไชเท้าแครอทไก่สับ ๕ -แตงกวา/มะเขือเทศสไลด์ -แก้วมังกร	-ผัดดอกกะหล่ำแครอทกุ้ง ๕ -แกงจืดไข่เจียวหน้าผักกาดขาวแครอท -บล๊อคโคลี่/แครอทลวก -ข้าวสวย -แคนตาลูป	
	Break (Afternoon)	มะละกอ	แคนตาลูป	เมลอนเขียว	แตงโม	

