



THỰC ĐƠN CIS  
MENU CIS  
31/12 - 04/01/2019



**SNACK MENU**  
**THỰC ĐƠN ĂN NHẹ**

<b>TUẦN 1 WEEK 1</b>	<b>THỨ HAI MONDAY</b>	<b>THỨ BA TUESDAY</b>	<b>THỨ TƯ WEDNESDAY</b>	<b>THỨ NĂM THURSDAY</b>	<b>THỨ SÁU FRIDAY</b>
<b>ĂN SÁNG NHẹ MORNING SNACK</b>	<b>NGHỈ ĐÔNG WINTER BREAK</b>				
<b>ĂN XỂ NHẹ AFTERNOON SNACK</b>					

**SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL**  
**THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC**

<b>KHAI VỊ APPETIZER</b>	<b>XÀ LÁCH SALAD</b>
	<b>SÚP SOUP</b>

<b>MÌ/ BÚN NOODLE</b>	
<b>CƠM RICE</b>	
<b>MÓN CHÍNH MAIN DISH</b>	<b>STIR-FRIED NOODLE</b>
	<b>Á ASIAN</b>
	<b>ÂU WESTERN</b>
	<b>RAU VEG.</b>
	<b>CANH SOUP</b>
<b>TRÁNG MIỆNG DESSERT</b>	
<b>MÓN CHAY VEGETARIAN</b>	

## **NGHỈ ĐÔNG WINTER BREAK**

*\* Thực đơn có thể thay đổi tùy thuộc vào việc giao hàng, mùa hay chất lượng.*

*\* The menu may be changed depending on the delivery, season or quality.*



**THỰC ĐƠN CIS**  
**MENU CIS**  
**07/01 - 11/01/2019**



**SNACK MENU**  
**THỰC ĐƠN ĂN NHẹ**

<b>TUẦN 2</b> <b>WEEK 2</b>	<b>THỨ HAI</b> <b>MONDAY</b>	<b>THỨ BA</b> <b>TUESDAY</b>	<b>THỨ TƯ</b> <b>WEDNESDAY</b>	<b>THỨ NĂM</b> <b>THURSDAY</b>	<b>THỨ SÁU</b> <b>FRIDAY</b>
<b>ĂN SÁNG NHẹ</b> <b>MORNING SNACK</b>	<i>Bánh pateo</i> <i>Patechaud</i>	<i>Phô mai que chiên</i> <i>Cheese sticks</i>	<i>Bánh danish thơm</i> <i>Danish pineapple</i>	<i>Bánh mì kẹp chà bông</i> <i>Bread with jambon</i>	<i>Bánh cua phô mai</i> <i>Vietnamese cheese</i> <i>croissant</i>
	<i>Sữa TH không đường</i> <i>180ml</i> <i>No sugar milk</i>	<i>Sữa yomost dâu</i> <i>Strawberry yomost milk</i>	<i>Thức uống gạo lức huyết</i> <i>rồng (G1-&gt;G12) + Sữa</i> <i>đậu nành (CVK)</i> <i>Brown rice drink +</i> <i>Soya milk</i>	<i>Sữa VNM socola 180ml</i> <i>Chocolate VNM milk</i>	<i>Sữa TH không đường</i> <i>180ml</i> <i>No sugar milk</i>
<b>ĂN XỂ NHẹ</b> <b>AFTERNOON SNACK</b>	<i>Bánh chocopie</i> <i>Choco - pie</i>	<i>Bánh lamington</i> <i>Coconut lamington</i>	<i>Cá viên chiên</i> <i>Fish ball deep-fried</i>	<i>Phô mai bò cười</i> <i>Laughing Cow cheese</i>	<i>Bánh cookies bơ</i> <i>Butter cookies</i>
	<i>Trái cây</i> <i>Fruit</i>	<i>Sữa chua probi</i> <i>Probi yogurt</i>	<i>Sữa trái cây fristi</i> <i>Fristi milk</i>	<i>Bắp hấp sữa</i> <i>Corn in the cob</i>	<i>Sữa chua ăn susu</i> <i>Susu yogurt</i>

**SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL**  
**THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC**

<b>KHAI VỊ</b> <b>APPETIZER</b>	<b>XÀ LÁCH</b> <b>SALAD</b>	<i>Salad tự chọn</i> <i>Daily selection salad</i>	<i>Salad tự chọn</i> <i>Daily selection salad</i>	<i>Salad tự chọn</i> <i>Daily selection salad</i>	<i>Salad tự chọn</i> <i>Daily selection salad</i>
	<b>SÚP</b> <b>SOUP</b>		<i>Súp bò rau củ</i> <i>Beef consomme</i>		<i>Súp cua hạt sen</i> <i>Crab with lotus seeds</i> <i>soup</i>

<b>MÌ/ BÚN NOODLE</b>		<i>Hủ tiếu sườn Rice noodles soup with pork ribs</i>	<i>Phở gà Chicken noodle soup</i>	<i>Pizza Pizza</i>	<i>Bò goulash bánh mì Goulash beef and bread</i>	<i>Buffet</i>
<b>CƠM RICE</b>		<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	
<b>MÓN CHÍNH MAIN DISH</b>	<b>STIR-FRIED NOODLE</b>	<i>Mì gói xào hải sản Instant noodle stir - fried with seafood</i>	<i>Cơm chiên cá, cải chua Fried rice with pickled mustard greens</i>	<i>Khoai tây chiên giòn French fries</i>	<i>Miến xào hến và nấm mèo Vermicelli stir - fried with shellfish and mushroom</i>	
	<b>Á ASIAN</b>	<i>Trứng luộc sốt cà Boiled eggs with tomato sauce</i>	<i>Thịt kho tiêu Braised pork with pepper</i>	<i>Gà kho sả ớt Braised chicken with lemongrass and chilli</i>	<i>Thịt heo nướng miso Grilled pork with miso sauce</i>	
	<b>ÂU WESTERN</b>	<i>Bò bằm miếng sốt nấm Beef patty with mushroom sauce</i>	<i>Tôm chiên sốt cam Fried shrimp with orange sauce</i>	<i>Bò xào măng tây Stir-fried beef with asparagus</i>	<i>Cá chiên giòn sốt tartar Fried fish with tartar sauce</i>	
	<b>RAU VEG.</b>	<i>Rau xào thập cẩm Stir - fried vegetable</i>	<i>Rau muống xào tỏi Stir - fried water spinach with garlic</i>	<i>Cải ngọt xào nấm Stir - fried bok choy with mushroom</i>	<i>Bí ngò xào trứng Stir - fried zucchini with egg</i>	
	<b>CANH SOUP</b>	<i>Canh khoai môn tôm khô Taro and dried shrimp soup</i>	<i>Canh chua cá lóc Sour and sweet soup with snake-head fish</i>	<i>Canh lagim thịt bằm Vegetable and pork soup</i>	<i>Canh cải nhún thịt heo xay Chinese lettuce soup with chopped pork</i>	
<b>TRÁNG MIỆNG DESSERT</b>		<i>Trái cây Fruit</i>	<i>Trái cây Fruit</i>	<i>Chè sâm bổ lượng "Sâm bổ lượng" sweet soup</i>	<i>Trái cây Fruit</i>	
<b>MÓN CHAY VEGETARIAN</b>		<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	

\* Thực đơn có thể thay đổi tùy thuộc vào việc giao hàng, mùa hay chất lượng.

\* The menu may be changed depending on the delivery, season or quality.



**THỰC ĐƠN CIS**  
**MENU CIS**  
**14/01 - 18/01/2019**



**SNACK MENU**  
**THỰC ĐƠN ĂN NHẸ**

<b>TUẦN 3 WEEK 3</b>	<b>THỨ HAI MONDAY</b>	<b>THỨ BA TUESDAY</b>	<b>THỨ TƯ WEDNESDAY</b>	<b>THỨ NĂM THURSDAY</b>	<b>THỨ SÁU FRIDAY</b>
<b>ĂN SÁNG NHẸ MORNING SNACK</b>	<i>Hot dog Hot dog</i>	<i>Xôi mặn Sticky rice with meat</i>	<i>Bánh paparoti Paparoti cake</i>	<i>Bánh bông lan nho Grape sponge cake</i>	<i>Bánh giò Vietnamese rice and pork pyramid dumplings</i>
	<i>Sữa TH không đường 180ml No sugar milk</i>	<i>Sữa yomost cam Orange yomost milk</i>	<i>Thức uống ngũ cốc dinh dưỡng Nutrition cereals drink</i>	<i>Sữa đậu nành Soya milk</i>	<i>Sữa TH không đường 180ml No sugar milk</i>
<b>ĂN XE NHẸ AFTERNOON SNACK</b>	<i>Bánh magic Magic cheese cracker</i>	<i>Bánh ca dẻ dừa Coconut custard</i>	<i>Bánh phô mai marble Marble cheese cake</i>	<i>Bánh waffle dùng với kem Waffle with cream</i>	<i>Bánh donut socola Chocolate donut</i>
	<i>Sữa chua VNM Yogurt</i>	<i>Trái cây Fruit</i>	<i>Sữa chua yakult Yakult yogurt</i>	<i>Trái cây Fruit</i>	<i>Sữa chua uống susu Susu yogurt</i>

**SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL**  
**THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC**

<b>KHAI VỊ APPETIZER</b>	<b>XÀ LÁCH SALAD</b>	<i>Salad tự chọn Daily selection salad</i>	<i>Salad tự chọn Daily selection salad</i>	<i>Salad tự chọn Daily selection salad</i>	<i>Salad tự chọn Daily selection salad</i>	<i>Salad tự chọn Daily selection salad</i>
	<b>SÚP SOUP</b>		<i>Súp bắp thịt dăm bông Ham and corn soup</i>		<i>Súp bí đỏ Pumpkin soup</i>	

<b>MÌ/ BÚN NOODLE</b>		<i>Mì udon Udon noodle soup</i>	<i>Bánh ướt chả lụa Stuffed pancake with pork ham</i>	<i>Bún riêu Ground crab noodle soup</i>	<i>Mì xá xíu Wonton noodle soup</i>	<i>Bún bò Huế Huế beef noodle soup</i>
<b>CƠM RICE</b>		<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	<i>Cơm trắng Steamed rice</i>
<b>MÓN CHÍNH MAIN DISH</b>	<b>STIR-FRIED NOODLE</b>	<i>Mì ý bò băm Spaghetti bolognese</i>	<i>Nui xào gà sốt alfredo Chicken alfredo pasta bowl</i>	<i>Cơm chiên trứng Fried rice with eggs</i>	<i>Khoai tây nướng ba rọi xông khói Baked potato with bacon</i>	<i>Phở xào xá xíu Stir - fried noodle with char siu</i>
	<b>Á ASIAN</b>	<i>Trứng chưng Steamed eggs</i>	<i>Tôm rim tỏi mặn ngọt Vietnamese caramelized shrimp</i>	<i>Xúc xích sốt B.B.Q Grilled sausage</i>	<i>Cá chiên sốt cam Fillet de bar fish with orange sauce</i>	<i>Thịt kho trứng Braised pork with eggs</i>
	<b>ÂU WESTERN</b>	<i>Gà om ngô nấm Braised chicken with corn and musroom</i>	<i>Thịt heo nhúng trứng chiên kiểu Ý Pork picatta</i>	<i>Gà nướng sa tế Satay grilled chicken</i>	<i>Bò xào sốt chua ngọt Stir - fried beef sour and sweet</i>	<i>Hải sản chiên xù sốt cocktail Deep-fried seafood, cocktail sauce</i>
	<b>RAU VEG.</b>	<i>Cải bó xôi xào tỏi Stir - fried spinach with garlic</i>	<i>Cải nhún xào tôm Stir - fried Chinese lettuce with shrimp</i>	<i>Mướp nấm bào ngư xào Stir - fried sponge luffa and abalone mushroom</i>	<i>Cà rốt xào nấm rom Stir - fried carrot with mushroom</i>	<i>Đậu bắp luộc chấm chao Boiled okra with "Chao" sauce</i>
	<b>CANH SOUP</b>	<i>Canh bầu nấu tôm Long squash soup with shrimp</i>	<i>Canh đậu hũ, cà chua, hến Tomato, tofu soup with shellfish</i>	<i>Canh xà lách xoong thịt bằm Watercress with minced pork soup</i>	<i>Canh mồng tơi nấu thịt Spinach with pork soup</i>	<i>Canh đu đủ nấu thịt Papaya with pork soup</i>
<b>TRÁNG MIỆNG DESSERT</b>		<i>Trái cây Fruit</i>	<i>Trái cây Fruit</i>	<i>Rau câu Agar agar</i>	<i>Trái cây Fruit</i>	<i>Trái cây Fruit</i>
<b>MÓN CHAY VEGETARIAN</b>		<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>

\* Thực đơn có thể thay đổi tùy thuộc vào việc giao hàng, mùa hay chất lượng.

\* The menu may be changed depending on the delivery, season or quality.



THỰC ĐƠN CIS  
MENU CIS  
21/01 - 25/01/2019



**SNACK MENU**  
**THỰC ĐƠN ĂN NHẸ**

<b>TUẦN 4 WEEK 4</b>	<b>THỨ HAI MONDAY</b>	<b>THỨ BA TUESDAY</b>	<b>THỨ TƯ WEDNESDAY</b>	<b>THỨ NĂM THURSDAY</b>	<b>THỨ SÁU FRIDAY</b>
<b>ĂN SÁNG NHẸ MORNING SNACK</b>	<i>Bánh xúc xích Pháp Bread sausage</i>	<i>Bánh mì que Bread stick</i>	<i>Bánh mexico Mexican cake</i>	<i>Bánh khoai môn thịt chiên xù Taro and meat croquette</i>	<i>Bánh bao Steamed wheat flour cake</i>
	<i>Sữa TH không đường 180ml No sugar milk</i>	<i>Sữa yomost dâu Strawberry yomost milk</i>	<i>Sữa ovaltine Ovaltine milk</i>	<i>Nước trái cây Fruit juice</i>	<i>Sữa TH không đường 180ml No sugar milk</i>
<b>ĂN XẾ NHẸ AFTERNOON SNACK</b>	<i>Bánh goute Goute cookies</i>	<i>Chả giò chiên Fried spring roll</i>	<i>Bánh muffin dâu Strawberry muffin</i>	<i>Bánh cá nhân socola Fish cake with chocolate</i>	<i>Bánh su kem Choux</i>
	<i>Trái cây Fruit</i>	<i>Sữa chua probi Probi yogurt</i>	<i>Trái cây Fruit</i>	<i>Sữa trái cây Fristi Fristi milk</i>	<i>Trái cây Fruit</i>

**SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL**  
**THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC**

<b>KHAI VI APPETIZER</b>	<b>XÀ LÁCH SALAD</b>	<i>Salad tự chọn Daily selection salad</i>	<i>Salad tự chọn Daily selection salad</i>	<i>Salad tự chọn Daily selection salad</i>	<i>Salad tự chọn Daily selection salad</i>	
	<b>SÚP SOUP</b>		<i>Súp nghêu rau củ Clam chowder soup</i>		<i>Súp tam tợ Tam To soup</i>	

<b>MÌ/ BÚN NOODLE</b>		<i>Cháo trắng trứng vịt muối White porridge with salted egg soup</i>	<i>Bún Thái Thai noodle soup</i>	<i>Sườn hầm lagu + bánh mì Pork ragout with bread</i>	<i>Hủ tíu bò kho Braised beef noodles</i>	<i>Buffet</i>
<b>CƠM RICE</b>		<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	<i>Cơm trắng Steamed rice</i>	
<b>MÓN CHÍNH MAIN DISH</b>	<b>STIR-FRIED NOODLE</b>	<i>Nui chiên trứng Fried mushroom with egg</i>	<i>Rau củ chiên giòn Tempura vegetable</i>	<i>Mì udon xào hải sản Stir - fried udon with seafood</i>	<i>Cơm chiên Hoàng bào Fried rice "Hoàng Bào" style</i>	
	<b>Á ASIAN</b>	<i>Thịt nướng sốt nâu Baked pork with brown sauce</i>	<i>Trứng chiên hải sản Fried eggs with seafood</i>	<i>Cá chiên sốt chua ngọt Fish with sour and sweet sauce</i>	<i>Mực xào sa tế Stir - fried squid with satay sauce</i>	
	<b>ÂU WESTERN</b>	<i>Gà chiên Hawai Hawaii chicken fried</i>	<i>Bò hầm Paprika Beef paprika</i>	<i>Gà nướng BBQ Grilled chicken with BBQ sauce</i>	<i>Xiu mại bọc trứng cút sốt cà Dimsum wrap egg with tomato sauce</i>	
	<b>RAU VEG.</b>	<i>Susu cà rốt xào tỏi Chayote and carrot stir - fried with garlic</i>	<i>Nấm xào thập cẩm Stir - fried mixed mushroom</i>	<i>Bầu xào tôm khô Stir - fried gourd with dried shrimp</i>	<i>Rau lang xào tỏi Stir - fried sweet potato buds with garlic</i>	
	<b>CANH SOUP</b>	<i>Canh nghêu rau cải Clam and vegetable soup</i>	<i>Canh khoai mỡ nấu thịt Yam and pork soup</i>	<i>Canh cua rau đay Crab with spinach leaves soup</i>	<i>Canh bí đỏ tôm Pumpkin soup with shrimp</i>	
<b>TRÁNG MIỆNG DESSERT</b>		<i>Trái cây Fruit</i>	<i>Trái cây Fruit</i>	<i>Chè bà ba "Ba ba" sweet soup</i>	<i>Trái cây Fruit</i>	
<b>MÓN CHAY VEGETARIAN</b>		<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	<i>Món chay theo ngày Daily vegan cuisine</i>	

\* Thực đơn có thể thay đổi tùy thuộc vào việc giao hàng, mùa hay chất lượng.

\* The menu may be changed depending on the delivery, season or quality.





THỰC ĐƠN CIS  
MENU CIS  
28/01 - 01/02/2019



SNACK MENU  
THỰC ĐƠN ĂN NHẹ

TUẦN 5 WEEK 5	THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
ĂN SÁNG NHẹ MORNING SNACK	<b>NGHỈ TẾT NGUYÊN ĐÁN TET HOLIDAY</b>				
ĂN XỂ NHẹ AFTERNOON SNACK					

SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL  
THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC

KHAI VỊ APPETIZER	XÀ LÁCH SALAD
	SÚP SOUP

MÌ/ BÚN NOODLE	
CƠM RICE	
MÓN CHÍNH MAIN DISH	STIR-FRIED NOODLE
	Á ASIAN
	ÂU WESTERN
	RAU VEG.
	CANH SOUP
TRÁNG MIỆNG DESSERT	
MÓN CHAY VEGETARIAN	

## NGHỈ TẾT NGUYÊN ĐÁN TET HOLIDAY

\* Thực đơn có thể thay đổi tùy thuộc vào việc giao hàng, mùa hay chất lượng.

\* The menu may be changed depending on the delivery, season or quality.