



THỰC ĐƠN CIS
MENU CIS
01/01 - 05/01/2018



SNACK MENU

TUẦN 1 WEEK 1	THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
ĂN SÁNG NHÉ MORNING SNACK	Bánh cua phô mai Vietnamese cheese croissant	Bánh bông lan trứng muối chà bông Vietnamese sponge cake with ham and salted egg	Bánh mexico Mexico cake	Phô mai que chiên Cheese sticks	Bánh pateo Patechaud
	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk	Sữa VNM socola 180ml Chocolate VNM milk	Sữa yomost cam Orange yomost milk	Sữa CGHL dâu 180ml Strawberry CGHL milk	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk
ĂN XÉ NHÉ AFTERNOON SNACK	Bánh pía đậu Pia pastry	Xúc xích, bò viên, cá viên xiên que Sausage, beef ball, fish ball skewers	Bánh chocopie Choco - pie	Bánh eclair Eclair	Bánh cookies lúa mạch Cereals cookies
	Trái cây Fruit	Sữa chua probi Probi yogurt	Sữa trái cây fristi Fristi milk	Trái cây Fruit	Sữa chua ăn susu Susu yogurt

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

KHAI VỊ APPETIZER	XÃ LÁCH SALAD	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad
	SÚP SOUP		Súp bò rau củ Beef with vegetable soup		Súp bắp thịt dăm bông Ham and corn soup	
MÌ/ BÚN NOODLE		Bún thịt nướng chả giò Braised pork noodle, spring roll	Mì Quảng "Quảng" noodle soup	Bánh cuốn chả lụa Stuffed pancake	Bún bò Huế Huế beef noodle soup	Miến gà Chicken vermicelli soup
CƠM RICE		Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
MÓN CHÍNH MAIN DISH	MÓN ĂN TRONG NGÀY DISH OF THE DATE	Hủ tiếu xào nấm Stir-fried noodle with mushroom	Cơm chiên Hoàng bào Fried rice "Hoàng Bào" style	Mì xào giòn thập cẩm Combination crispy egg noodle	Khoai tây chiên giòn French fries	Bánh mì nướng bơ tỏi Baked bread with butter and garlic
	Á ASIAN	Gà nướng lá hương thảo Grilled chicken with rosemary	Đậu hũ Tứ Xuyên Braised tofu Tu Xuyen style	Trứng chiên nấm Fried eggs with mushroom	Gà rim nước dừa Chicken with coconut water	Cá chiên xù Fish tempura
	ÂU WESTERN	Mực xào chua ngọt Stir - fried squid sour and sweet	Thịt nướng Thổ Nhĩ Kỳ Grilled meat Turkey style	Bò cuộn sả nướng Grilled beef lemongrass rolls	Sườn nướng Kalbin Grilled pork Kalbin	Lasagna nướng sốt bò bằm Bolognese lasagna
	RAU VEG.	Đậu que xào tỏi Stir- fried bean with garlic	Cải nhún xào tôm Stir-fried shrug with shrimp	Rau xào thập cẩm Stir- fried vegetable	Bắp cải xào thịt Stir- fried cabbage with pork	Cải bó xôi xào tỏi Stir- fried spinach with garlic
CANH SOUP	Canh tần ô chả cá Tungho soup with fish bologna	Canh lagim thịt Vegetable with pork soup	Canh khoai môn thịt Taro soup with pork	Canh rau má nấu với tôm Pennywort with shrimp soup	Canh mướp nấu tôm Luffa soup with shrimp	
TRÁNG MIỆNG DESSERT	Trái cây Fruit	Trái cây Fruit	Chè long nhãn Jelly sweet soup with dried longan	Trái cây Fruit	Trái cây Fruit	
MÓN CHAY VEGETERIAN	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine	

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

**THỰC ĐƠN CIS
MENU CIS
08/01 - 12/01/2018**

SNACK MENU

TUẦN 2 WEEK 2	THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
ĂN SÁNG NHE MORNING SNACK	Hot dog Hot dog	Xôi mặn thập cẩm Mix sticky rice	Bánh bông lan bắp Corn cake	Bánh xúc xích Pháp Bread sausage	Bánh giò Vietnamese rice and pork pyramid dumplings
	NH	B	NH	HV	TP
	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk	Sữa yomost dâu Strawberry yomost milk	Sữa đậu nành Soya milk	Sữa milo Milo milk	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk
ĂN XÉ NHE AFTERNOON SNACK	Bánh coconut lamington Coconut lamington	Bánh quiche lorraine Quiche lorraine cake	Bánh magic Magic cheese cracker	Chả giò chiên Fried spring roll	Bánh mè dâu Sesame, strawberry cake
	NH	BB	K	B	HV
	Trái cây Fruit	Sữa chua uống susu Susu yogurt	Trái cây Fruit	Sữa chua yakult Yakult yogurt	Trái cây Fruit

SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL

KHAI VI APPETIZER	XÀ LÁCH SALAD	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Buffet
	SÚP SOUP		Súp bí đỏ Pumpkin soup		Súp cua hạt sen Crab with lotus seeds soup	
MÌ/ BÚN NOODLE	Hủ tiếu Nam Vang Phnom-penh rice noodle soup	Mì xá xíu Wonton noodle soup	Bún Thái Thailand noodle soup	Nui nấu sườn non Macaroni soup with pork ribs		
CƠM RICE	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice		
MÓN CHÍNH MAIN DISH	MÓN ĂN TRONG NGÀY DISH OF THE DATE	Mì udon xào hải sản Stir - fried udon with seafood	Cơm chiên bơ tỏi Butter and garlic fried rice	Rau củ chiên giòn Tempura vegetables	Xôi chiên phồng Fried sticky rice	
	Á ASIAN	Cá cơm chiên sốt me Anchovy with tamarind sauce	Trứng chiên cuộn lá rong biển Omelette with seaweed	Xìu mại sốt cà Pork dimsum with tomato sauce	Gà nướng lá dứa Baked chicken with pandan	
	ÂU WESTERN	Thịt heo quay Roasted pork	Gà marengo Chicken marengo	Cá nướng sốt Teriyaki Grilled fish with Teriyaki sauce	Thịt bò xào sả ớt Stir-fried beef with serrano chili	
	RAU VEG CANH SOUP	Đậu bắp luộc chấm chao Boiled okra with "Chao" sauce	Su hào xào dầu hào Stir-fried kohlrabi with oyster sauce	Rau muống xào tỏi Stir-fried water spinach with garlic	Bí ngọ xào trứng Stir-fried zucchini with egg	
TRÁNG MIỆNG DESSERT	Canh bí đỏ thịt Pumpkin soup with pork	Canh cải ngọt thịt băm Chow sum soup with chopped pork	Canh chua cá lóc Water soup with fish	Canh mồng tơi Spinach soup	Trái cây Fruit	
MÓN CHAY VEGETERIAN	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine		

* 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
15/01 - 19/01/2018



SNACK MENU

TUẦN 3 WEEK 3	THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
ĂN SÁNG NHE MORNING SNACK	Bánh pizza ốp la Pizza omelette	Bánh mì thịt heo quay Roasted pork baked	Bánh bao Steamed wheat flour cake	Bánh bagel kẹp thịt nguội Jambon bagel	Xiu mại hấp Steamed pork dumplings
	HV	NH	TP	NH	CT
	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk	Sữa ovantine Ovantine	Sữa CGHL dâu 180ml Strawberry CGHL milk	Sữa đậu nành Soya milk	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk
ĂN XÉ NHE AFTERNOON SNACK	Bánh go cheese nabati Nabati cheese wafer	Bánh brownie Brownie cake	Thạch cà phê phô mai Coffee jelly with cheese inside	Bánh quế cuộn Cinnamon roll	Bánh dừa nướng Grilled coconut cakes
	K	NH	BB	BB	BB
	Trái cây Fruit	Sữa chua probi Probi yogurt	Trái cây Fruit	Sữa trái cây Fristi Fristi milk	Trái cây Fruit

SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL

KHAI VỊ APPETIZER	XÀ LÁCH SALAD	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad
	SÚP SOUP		Súp hải sản Seafood soup		Súp tam tợ Tam to soup	
MÌ/BÚN NOODLE		Phở gà Chicken noodle soup	Bún thang Noodle soup	Cháo trắng trứng vịt muối White porridge with salt egg soup	Cà ri gà, bánh mì Chicken curry with bread	Canh bún Rice noodle soup
CƠM RICE		Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
MÓN CHÍNH MAIN DISH	MÓN ĂN TRONG NGÀY DISH OF THE DATE	Bún gạo xào Sing Rice noodle stir-fried	Mì tươi xào bò nấm Stir - fried with beef and mushroom	Khoai tây nghiền Mashed potatoes	Cơm chiên trứng Fried rice with eggs	Nui sốt bò bằm Macaroni with beef sauce
	Á ASIAN	Đậu hũ nhồi thịt sốt me Tofu with tamarind sauce	Cá nướng phô mai Baked fish with cheese	Tôm rim tỏi mặn ngọt Vietnamese caramelized shrimp	Cá rán sốt hạt sen Fried fish with lotus seeds sauce	Gà kho lá tí tở Braised chicken with perilla
	ÂU WESTERN	Hải sản sốt lò sốt kem rau củ Baked seafood	Gà kho củ sen Braised chicken and lotus root	Thịt bò viên cocktail Beef ball with cocktail sauce	Thịt nướng sả Baked pork with lemongrass	Trứng cút chiên xù Tempura quail eggs
	RAU VEG.	Đậu cove xào nấm mèo Sautéed bean with mushroom	Cải thìa xào dầu hào Stir - fried bok choy with oyster sauce	Bông cải xào dầu hào Sautéed cauliflower with oyster sauce	Cải ngọt xào nấm bào ngư Stir-fried choysum, mushroom	Su su xào nấm Stir- fried chayote with mushroom
	CANH SOUP	Canh cải chua thịt bò Pickled mustard greens soup with beef	Canh bí xanh tôm Pumpkin soup with pork	Canh cải nhún thịt heo xay Shrug soup with chopped pork	Canh khoai mỡ thịt Winged yam soup with mince pork	Canh nghêu rau cải Clam and vegetable soup

**THỰC ĐƠN CIS
MENU CIS
22/01 - 26/01/2018**

SNACK MENU

TUẦN 4 WEEK 4		THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
ĂN SÁNG NHE MORNING SNACK		Bánh ít trần Vietnamese sticky rice dumplings HV	Bánh cuộn hành Rolled bread with scallion HV	Bánh khoai tây thịt chiên xù Potato and meat croquette B	Bánh sữa hột gà Egg milk HV	Bánh mì que Bread stick BMQ
		Sữa TH không đường 180ml No sugar milk	Sữa VNM socola 180ml Chocolate VNM milk	Sữa yomost dâu Strawberry yomost milk	Nước trái cây Fruit juice	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk
ĂN XE NHE AFTERNOON SNACK		Bánh bông lan chanh Lemon cake NH	Bánh Phú Sĩ "Phú Sĩ" cake BB	Bánh donut socola Chocolate donut NH	Bánh dorayaki trà xanh Dorayaki green tea cake BB	Bánh custas orion Orion custard K
		Trái cây Fruit	Sữa chua probi Probi yogurt	Sữa chua VNM Yogurt	Trái cây Fruit	Sữa trái cây Fristi Fristi milk
SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL						
KHAI VI APPETIZER	XÀ LÁCH SALAD	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Salad tự chọn Daily selection salad	Buffet
	SÚP SOUP		Súp kem rau củ Cream of vegetable		Súp bóng cá tóc tiên Fish ball with black moss soup	
MÌ/ BÚN NOODLE	Mì gói bò instant noodle with beef	Bún chả Hà Nội Ha Noi kebad rice noodle	Hủ tiúu bò kho Braised beef noodles	Mì udon Udon noodle soup		
CƠM RICE	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice		
MÓN CHÍNH MAIN DISH	MÓN ĂN TRONG NGÀY DISH OF THE DATE	Phở xào xá xíu Stir - fried noodle with char siu	Nui xào gà sốt alfredo Chicken alfredo pasta bowl	Miến xào hến và nấm mèo Vermicelli stir-fried with shellfish and mushroom	Cơm chiên hải sản Seafood fried rice	
	Á ASIAN	Cá kho thịt ba chỉ Braised fish with pork	Tôm om đậu hũ Braised shrimp with tofu	Thịt heo xào sả ớt Stir-fried pork with lemongrass and chilli	Bò xào bông thiên lý Stir-fried beef with pakalana vine	
	ÂU WESTERN	Gà nhúng trứng chiên phô mai Fried chicken with cheese egg	Trứng frittata kiểu Ý Frittatr eggs with Italian style	Gà kho nước tương kiểu Nhật Braised chicken with kikkoman	Cá nướng sốt bơ chanh Grilled fish butter and lemon sauce	
	RAU VEG.	Bầu xào tôm khô Stir - fried gourd with dried shrimp	Mướp, nấm bào ngư xào Stir-fried sponge luffa and abalone mushroom	Kim chi cải thảo Kimchi	Susu cà rốt xào tỏi Chayote and carrot stir-Fried with garlic	
	CANH SOUP	Canh cua rau đay Crab with spinach leave soup	Canh đu đủ nấu tôm Papaya with shrimp soup	Canh rong biển Seaweed soup	Canh salad son thịt băm Water spinach with miced pork soup	
TRÁNG MIỆNG DESSERT	Trái cây Fruit	Trái cây Fruit	Chè sương sa hạt é Vietnamese jelly	Trái cây Fruit		
MÓN CHAY VEGETERIAN	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine	Món chay theo ngày Daily vegan cuisine		

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