



THỰC ĐƠN CIS

MENU CIS

30/10 - 03/11/2017



SNACK MENU

THỰC ĐƠN ĂN NHẸ

TUẦN 1 WEEK 1	THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
ĂN SÁNG NHẸ MORNING SNACK	Bánh bông lan cake nho Sponge cake grape	Bánh bột lọc Shrimp and pork tapioca dumplings	Bánh quạt môn Taro bun	Bánh chèo trứng cút Bread with egg	Bánh pateo Patechaud
	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk	Sữa Milo Milo milk	Sữa đậu nành Soya milk	Sữa yomost cam Orange yomost milk	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk
ĂN XÉ NHẸ AFTERNOON SNACK	Bánh oreo Oreo cookies	Bánh khoai mì nướng Vietnamese baked cassava cake	Bánh danish táo Apple danish	Bắp lõi Corn on the cob	Bánh ca dẻ dừa Coconut cadé
	Trái cây Fruit	Sữa trái cây fristi Fristi milk	Trái cây Fruit	Phô mai bò cười Laughing cow cheese	Sữa chua yakult Yakult yogurt

SET LUNCH MENU PRIMARY- SECONDARY- HIGHSCHOOL

THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC

KHAI VỊ APETIZER	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
	XÚP SOUP		Súp Thái hải sản Seafood Thailand soup style		Súp bong bóng cá Fish bubbles soup	
MÌ/ BÚN NOODLE	Mì Quảng "Quảng" noodle soup	Miến gà Chicken vermicelli soup	Bún thịt nướng chả giò Braised pork noodle, spring roll	Burger Burger	Mì ramen Ramen 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	Khoai tây chiên giòn French fries	Cơm chiên hải sản Seafood fried rice	Mì xào giòn thập cẩm Combination crispy egg noodle	Hủ tiếu xào nấm Stir-fried noodle with mushroom	Bánh mì nướng bơ tỏi Baked bread with butter and garlic
	Á ASIAN	Đậu hủ kho nấm, thịt xay Braised tofu with mushroom and pork	Cá kho thơm Braised fish with pineapple	Gà nướng Bologi kiểu Hàn Baked chicken bologi with Korean style	Cá lóc kho măng Braised snakehead with bamboo	Cải chua xào heo quay Sauteed roast pork with pickled mustard greens
	ÂU WESTERN	Gà chiên xù Chicken nuggets	Thịt heo chiên cơm Fried pork with nuggets	Bò hầm rượu vang đỏ Steamed beef with red wine	Hải sản sốt bơ tỏi Baked seafood	Tôm sốt bơ cam Fried shrimp with butter and orange sauce
	RAU VEG.	Bắp cải xào thịt Stir - fried cabbage with pork	Khoai tây - bí đỏ xào Stir - fried potato and pumpkin	Mướp xào tôm Stir-fried sponge gourd with shrimp	Rau luộc kho quẹt Boiled vegetable	Cải bó xôi xào tỏi Stir - fried spinach with garlic
	CANH SOUP	Canh rau dền Spinach soup	Canh gà lá giang Chicken soup with giang leaf	Canh cải thảo tôm khô chinese cabbage with dried shrimp soup	Canh mỳ Tomato and eggs soup	Canh bông cải nấu với thịt Broccoli with pork soup
TRÁNG MIỆNG DESSERT	Trái cây Fruit	Trái cây Fruit	Trái cây Fruit	Chè chuối Banana sweet 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	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

06/11 - 10/11/2017



SNACK MENU

TUẦN 2 WEEK 2	THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SAU FRIDAY
ĂN SÁNG NHẹ 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	Há cảo hấp Steamed wonton	Phô mai que chiên Cheese sticks
	HV	NH	HV	CT	B
	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 XE NHẹ AFTERNOON SNACK	Bánh pía đậu Pia pastry	Bánh đậu xanh Green bean cake	Xúc xích, bò viên, cá viên xiên que Sausage, beef ball, fish ball skewers	Bánh chocopie Choco - pie	Bánh quiche lorraine Quiche lorraine cake
	HV	BB	B	K	BB
	Trái cây Fruit	Sữa chua ăn susu Susu yogurt	Sữa chua probi Probi yogurt	Trái cây Fruit	Sữa trái cây fristi Fristi milk

SET LUNCH MENU PRIMARY- SECONDARY- HIGHSCHOOL

KHAI VI APPETIZE R	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	Buffet
		XÚP SOUP		Súp bò rau củ Beef consomme		
	MÌ/ BÚN NOODLE	Bún thang Noodle soup	Phở gà Chicken noodle soup	Bún chả Hà Nội Ha Noi kebad rice noodle	Bò goulash bánh mì Goulash beef and bread	
	COM RICE	Com trắng Steamed rice	Com trắng Steamed rice	Com trắng Steamed rice	Com trắng Steamed rice	
MÓN CHÍNH MAIN DISH	MÓN ĂN TRONG NGÀY DISH OF THE DATE	Mì gói xào hải sản Instant noodle stir-fried with seafood	Com chiên xá xíu Fried rice with charsiou	Bún gạo xào Sing Rice noodle stir-fried	Miến xào cua Vermicelli stir-fried with crab	
	Á ASIAN	Trứng luộc sốt cà Boiled eggs with tomato sauce	Thịt kho tương hột Braised pork with soya paste	Gà kho sả ớt Braised chicken with lemongrass and chilli	Sườn kho thơm Braised pork with pine- apple	
	ẬU WESTERN	Bò bằm miếng sốt nấm Beef patty with mushroom sauce	Chả cá cuộn hải sản Fish roll with seafood	Bò xào măng tây Stir - fried beef with asparagus	Cá nướng sốt bơ tỏi Grilled fish with garlic butter sauce	
	RAU VEG.	Rau xào thập cẩm Stir - fried vegetable	Rau muống xào tỏi Stir - fried water spinach with garlic	Cải ngọt xào nấm Stir-fried bok choy with mushroom	Bí ngói xào trứng Stir - fried zucchini with egg	
	CANH SOUP	Canh lagim thịt bằm Vegetable and pork soup	Canh chua cá lóc Sour and sweet soup with snake-head fish	Canh khoai môn tôm khô Taro and dried shrimp soup	Canh cải nhún thịt heo xay Shrug soup with chopped pork	
	TRÁNG MIỆNG DESSERT	Trái cây Fruit	Trái cây Fruit	Chè bắp Corn sweet 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

13/11 - 17/11/2017



SNACK MENU

TUẦN 3 WEEK 3	THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SAU FRIDAY
ĂN SÁNG NHẸ MORNING SNACK	Hot dog Hot dog	Bánh bông lan bắp Corn cake	Xôi mặn thịt xá xíu Sticky rice with meats	Bánh xúc xích Pháp Bread sausage	Bánh giò Vietnamese rice and pork pyramid dumplings
	NH	NH	B	HV	TP
	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk	Sữa milo Milo milk	Sữa đậu nành Soya milk	Sữa yomost dâu Strawberry yomost milk	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk
ĂN XE NHẸ AFTERNOON SNACK	Bánh coconut lamington Coconut lamington	Bánh cà rốt Carrot cake	Bánh quế cuộn Cinnamon roll	Bánh magic Magic cheese cracker	Bánh mè đậu Sesame, strawberry cake
	NH	BB	BB	K	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 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
	XÚP SOUP		Súp bắp thịt dăm bông Ham and corn soup		Súp kem rau củ Cream of vegetable	
MÌ/ BÚN NOODLE	Mì udon Udon noodle soup	Bánh cuốn chả lụa Stuffed pancake	Hủ tiếu Nam Vang Phnom-penh rice noodle soup	Mì xá xíu Wonton noodle soup	Bún bò Huế Huế beef 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	Nui sốt bò bằm Macaroni with beef sauce	Cơm chiên trứng Fried rice with eggs	Mì tươi xào bò nấm Stir - fried with beef and mushroom	Khoai tây nướng ba rọi xông khói Baked potato with bacon	Phở xào xá xíu Stir - fried noodle with char siu
	Á ASIAN	Trứng chưng Steamed eggs	Tôm rim tỏi mặn ngọt Vietnamese caramelized shrimp	Đậu hũ chiên xù Tofu tempura	Cá chiên sốt cam Fillet de bar fish with orange sauce	Thịt kho trứng Braised pork with eggs
	ÂU WESTERN	Gà om ngô nấm Braised chicken with corn and mushroom	Thịt heo nướng trứng chiên kiểu Ý Pork picatta	Gà nướng tandoori Tandoori chicken	Bò xào sốt chua ngọt Beef stir - fried sour and sweet	Hải sản chiên xù sốt cocktail Bread seafood, cocktail sauce
	RAU VEG.	Cải thìa xào dầu hào Stir- fried bok choy with oyster sauce	Cải nhún xào tôm Stir - fried shruq with shrimp	Đậu cove xào nấm mèo Sauted bean with mushroom	Cà rốt xào nấm rơm Stir - fried carrot with mushroom	Mướp nấm bào ngư xào Stir - fried sponge luffa and abalone mushroom
	CANH SOUP	Canh bầu nấu tôm Long squash soup with shrimp	Canh đậu hũ, cà chua, hến Tomato, tofu soup with shellfish	Canh salad son thịt băm Water spinach with miced pork soup	Canh mồng tơi nấu thịt Spinach with pork soup	Canh đu đủ nấu thịt Papaya with pork soup
TRÁNG MIỆNG DESSERT	Trái cây Fruit	Trái cây Fruit	Chè sương sa hạt é Vietnamese jelly	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.

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

**THỰC ĐƠN CIS****MENU CIS**

20/11 - 24/11/2017

**SNACK MENU**

TUẦN 4 WEEK 4	THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
ĂN SÁNG NHẹ MORNING SNACK	Bánh pizza opla Pizza omelette	Bánh bagel kẹp thịt nguội Jambon bagel	Bánh khoai tây thịt chiên xù Potato and meat croquette	Xíu mại hấp Steamed pork dumplings	Bánh bao Steamed wheat flour cake
	HV	NH	B	CT	TP
ĂN XE NHẹ AFTERNOON SNACK	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk	Phomai tươi Fresh cheese	Sữa CGHL dâu 180ml Strawberry CGHL milk	Sữa ovantine Ovantine	Sữa TH không đường 180ml No sugar milk
	Bánh go cheese nabati Nabati cheese wafer	Chả giò chiên Fried spring roll	Thạch cà phê phô mai Coffee jelly with cheese inside	Bánh Phú Sĩ "Phú Sĩ" cake	Bánh donut socola Chocolate donut
	K	B	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 APPETIZ ER	XẢ 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	<i>Buffet</i>
		XÚP SOUP		Súp nghêu rau củ Clam chowder soup		
	MÌ/ BÚN NOODLE	Cháo trắng trứng vịt muối White porridge with salt egg soup	Bún Thái Thailand noodle soup	Sườn hầm lagu + bánh mì Pork laggu with bread	Hủ tíu bò kho Braised beef noodles	
	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	Núi chiên trứng Fried mushroom with egg	Rau củ chiên giòn Tempura vegetables	Mì udon xào hải sản Stir - fried udon with seafood	Cơm chiên Hoàng bào Fried rice "Hoàng Bào" style	
	Á ASIAN	Thịt nướng sốt nâu Baked pork with brown sauce	Trứng chiên hải sản Fried eggs with seafood	Cá kho tiêu Braised fish with pepper	Thịt kho đậu hũ Beaised pork with tofu	
	ÂU WESTERN	Gà chiên Hawai Hawai chicken fried	Bò hầm Paprika Beef paprika	Cánh gà chiên sốt me Fried chicken wing tamarind sauce	Chả cá cuộn trứng cút Grilled fish egg rolls	
	RAU VEG.	Susu cà rốt xào tỏi Chayote and carrot stir- fried with garlic	Nấm xào thập cẩm Stir- fried mixed mushroom	Bầu xào tôm khô Stir - fried gourd with dried shrimp	Rau lang luộc Boiled sweet potato buds	
	CANH SOUP	Canh nghêu rau cải Clam and vegetable soup	Canh khoai mỡ nấu thịt Yam and pork soup	Canh cua rau dlay Crab with spinach leave soup	Canh bí đỏ tôm Pumpkin soup with shrimp	
	TRÁNG MIỆNG DESSERT	Trái cây Fruit	Chè khoai môn Taro sweet soup	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	

* 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

27/11 - 01/12/2017



SNACK MENU

TUẦN 5 WEEK 5	THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SAU FRIDAY
ĂN SÁNG NHÉ MORNING SNACK	Bánh ít trần Vietnamese sticky rice dumplings HV	Bánh cuộn hành Rolled bread with scallion HV	Bánh mì thịt heo quay Roasted pork baked NH	Xôi gà hạt sen Sticky rice chicken with lotus seed B	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 XÉ NHÉ AFTERNOON SNACK	Bánh brownie Brownie cake BB	Bánh donut bi phủ đường Coated donut balls with sugar BB	Bánh bông lan chanh Lemon cake NH	Bánh dorayaki trà xanh Dorayaki green tea cake BB	Bánh custas orion Orion custard K
	Trái cây Fruit	Sữa chua VNM Yogurt	Sữa chua probi Probi yogurt	Trái cây Fruit	Sữa trái cây Fristi Fristi milk

SET LUNCH MENU PRIMARY- SECONDARY- HIGHSCHOOL

KHAI VI APPETIZ ER	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 bí đỏ Pumpkin soup
	MÌ/ BÚN NOODLE	Bún mọc "Mọc" noodle soup	Bò kho bánh mì Braised beef with bread	Nui nấu sườn non Macaroni soup with pork ribs	Bún tôm Sa Trà Shrimp noodle soup with "Sa Trà" style	Mì gói bò instant noodle with beef
	CƠM RICE	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice	Cơm trắng Steamed rice
MON CHINH MAIN DISH	STIR-FRIED NOODLE	Hủ tiếu Sa Đéc xào hải sản Stir - fried Sa Đéc noodle with seafood	Nui xào gà sốt Alfredo Chicken Alfredo pasta bowl	Bún gạo xào hải sản Stir-fried noodle and seafood	Cơm chiên bơ tỏi Butter and garlic fried rice	Miến xào hến và nấm mèo Vermicelli stir-fried with shellfish and mushroom
	Á ASIAN	Gà chiên mật ong Fried chicken with honey	Cá kho dưa cải chua Braised fish with pinkle	Gà kho gừng Chicken braised with ginger sauce	Sườn kho chua ngọt Braised pork sour and sweet	Cà ri tôm kiểu Thái Shrimp curry Thailand style
	ÂU WESTERN	Mực xào sa tế Stir - fried squid with satay sauce	Thịt heo nướng sốt tương cà Grilled pork with tomato sauce	Bò sốt tiêu đen Grilled beef with pepper sauce	Cá nướng sốt kem bearnaise Grilled fish, bearnaise sauce	Trứng cuộn thịt kiểu Scotland Egg roll with pork Scottish style
	RAU VEG.	Bông cải xào dầu hào Sauted cauliflower with oyster sauce	Rau luộc kho quẹt Boiled vegetable	Khoai tây - bí đỏ xào Stir - fried potato and pumpkin	Bắp cải xào thịt Stir - fried cabbage with pork	Kim chi cải thảo Kimchi
	CANH SOUP	Canh mỳ Tomato and eggs soup	Canh khoai môn tôm khô Taro and dried shrimp soup	Canh rau dền Spinach soup	Canh gà lá giang Chicken soup with giang leaf	Canh rong biển Seaweed soup
	TRÁNG MIỆNG DESSERT	Trái cây Fruit	Chè đậu xanh cà không vỏ Green bean soup	Trái cây Fruit	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.

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

