



## Menu du SELF

Thực đơn của lớp trung học

du 29 juin au 02 juillet 2026  
từ 29 Tháng 6 Đến 02 Tháng 7



Sem / Tuần	LUNDI THỨ HAI	MARDI THỨ BA	MERCREDI THỨ TƯ	JEUDI THỨ 5	VENDREDI THỨ SÁU
<b>S 33</b>					
<b>Pain</b> Bánh mì	Baguette - Bánh mì	Pain - Bánh mì	Baguette - Bánh mì	Baguette - Bánh mì	Baguette - Bánh mì
<b>Entrée - Món khai vị</b>	<b>Salade</b> Xà lách	Salade Macédoine XL Macédonia (cà rốt, củ cải trắng, đậu xanh, đậu Hà Lan, trứng luộc, mayo)	Salade Ecolière XL khoai tây, cà rốt, trứng luộc, mayo	Farandole de salade Xà lách 4 loại (xanh, tím, mam...)	Salade de concombre XL dưa leo (cắt lát)
		Salade de papaye Gỏi đu đủ chay	Tiges de Lotus en salade Gỏi ngó sen chay	Salade de vermicelle Thai XL miến Thai	Salade de goyave Gỏi Ổi
	<b>Soupe</b> Soup	Soupe Pékinoise Súp Tứ Xuyên Trung Quốc	Soupe de poireaux, Pdt Súp hành poro, khoai tây	Soupe de chou-fleur Canh bông cải trắng	Soupe aux légumes Súp rau củ
<b>Plat principal - Món chính</b>	<b>Occidental</b> Món tây	Porc grillé sauce aux pommes Pdt sautées  Heo nướng sốt táo Khoai tây xào	Poulet grillé au miel Riz Pilaf au bouillon de poulet  Gà nướng mật ong Cơm Pilaf nước dùng gà	Poisson grillé, sauce tomate Macaroni  Cá áp chảo, sốt cà chua Mì ống "Macaroni"	Bolognaise Spaghetti  Bò băm Bolonhê Mì Ý Spaghetti
	<b>Légume</b> Rau củ	Haricot vert, mini maïs Đậu cove, bắp non	Broccoli, chou-fleur Bông cải xanh, bông cải trắng	Epinars Cải bó xôi	Chou Cantonais Cải ngồng
	<b>Asiatique</b> Món á	Poisson braisé aux oignons Riz à la vapeur  Cá kho hành Cơm trắng	Fruits de mer panés sauce d'huître Pâtes aux œufs  Hải sản xù sốt dầu hào Mì trứng	Porc braisé au poivre Riz à la vapeur  Heo kho tiêu Cơm trắng	Poulet grillé à la sauce Kagome Japonnaise Riz à la vapeur  Gà nướng sốt Kagome BBQ Cơm trắng
	<b>Végétarien</b> Món chay	Riz sauté au tofu Cơm chiên (hành tây, tỏi, cà rốt, đậu phụ, nấm, sả, hành lá)	Tofu à la sauce aigre-douce Đậu hủ sốt chua ngọt	Riz Thaïlandais aux légumes Cơm chiên Thai (hành tây, cà rốt, trứng, gừng, hành, đậu phộng, chanh, dầu mè)	Sauté de pâtes aux légumes Mì phở xào rau củ
<b>Produit Laitier</b> Thực phẩm từ sữa	Fromage Phô mai	Yaourt Sữa chua	Fromage Phô mai	Cake Banane Bánh chuối nướng	
<b>Dessert</b> Tráng miệng	Fruit Trái cây	Fruit Trái cây	Fruit Trái cây	Compote de fruits Mứt trái cây	Salade de fruits Xà lách trái cây

**Note :** les ingrédients de ce menu peuvent changer ou être indisponibles à certains moments.


**Lưu ý :** các thành phần trong thực đơn này có thể thay đổi hoặc không có sẵn vào một số thời điểm nhất định.



**Menu du Primaire "Maternelle & Élémentaire"**  
**Mẫu Giáo & Tiểu Học**

du 29 juin au 02 juillet 2026  
từ 29 Tháng 6 Đến 02 Tháng 7



Sem / Tuần S 33	LUNDI THỨ HAI	MARDI THỨ BA	MERCREDI THỨ TƯ	JEUDI THỨ NĂM	VENDREDI THỨ SÁU
<b>Pain</b> Bánh mì	Baguette - Bánh mì	Pain - Bánh mì	Baguette - Bánh mì	Pain - Bánh mì	Baguette - bánh mì
<b>Entrée - Khai vị</b>	<b>MATERNELLE</b> mẫu giáo	Soupe Pékinoise Súp Tứ Xuyên Trung Quốc	Soupe de poireaux, Pdt Súp hành poro, khoai tây	Soupe de chou-fleur Canh bông cải trắng	Soupe aux légumes Súp rau củ
	<b>ELEMENTAIRE</b> Tiểu học	Soupe Pékinoise Súp Tứ Xuyên Trung Quốc	Soupe de poireaux, Pdt Súp hành poro, khoai tây	Soupe de chou-fleur Canh bông cải trắng	Consommé de légumes et nouilles au bœuf Súp bò rau củ nui trong, hủ tiếu
<b>Plat principal</b> Món chính	Porc grillé sauce aux pommes Pdt sautées Heo nướng sốt táo Khoai tây xào 	Poulet grillé au miel Riz Pilaf au bouillon de poulet Gà nướng mật ong Cơm Pilaf nước dùng gà	Poisson grillé, sauce tomate Macaroni Cá áp chảo, sốt cà chua Nui ống "Macaroni"	Bolognaise Spaghetti Bò băm Bolonhê Mì Ý Spaghêti	
<b>Légume</b> Rau củ	Haricot vert, mini maïs Đậu cove, bắp non	Broccoli, chou-fleur Bông cải xanh, bông cải trắng	Epinards Cải bó xôi	Chou Cantonais Cải ngồng	Carottes Vichy Củ rốt xào ngà tây Vichy
<b>Produit Laitier</b> Thực phẩm từ sữa	Fromage Phô mai	Yaourt Sữa chua	Fromage Phô mai	Cake Banane Bánh chuối nướng	
<b>Dessert</b> Tráng miệng	Fruit Trái cây	Fruit Trái cây	Fruit Trái cây	Compote de fruits Mứt trái cây	Salade de fruits Xà lách trái cây

**Note :** les ingrédients de ce menu peuvent changer ou être indisponibles à certains moments.

**Lưu ý :** các thành phần trong thực đơn này có thể thay đổi hoặc không có sẵn vào một số thời điểm nhất định.





# CAFETERIA - KIOSK

## Menu du 29 juin au 02 juillet 2026



DU LUNDI AU VENDREDI - TƯ THỨ HAI ĐẾN THỨ SAU

<p><b>BAGUETTE</b> <b>BÁNH MỠ SW</b></p>	<p><b>Sandwich Jambon Beurre</b></p> <p>Jambon, beurre <i>Giambon và bơ</i></p>	<p><b>Assortiment Cafétéria</b></p> <p>Sandwich, panini et autres salés <i>Đĩa phân loại bánh kiosk</i></p>		
<p><b>PANINI</b> <b>BÁNH MỠ NƯỚNG KẸP</b></p>	<p><b>Panini Louisville</b></p> <p>Salade, poulet, fromage, tomate <i>Mỹ Kentucky : XL, gà, phômai, cà chua</i></p>	<p><b>Panini Curry</b></p> <p>Poulet, sauce curry, tomate, fromage <i>Cary : Gà, sốt cà ri, cà chua, phô mai</i></p>		<p>Bonnes Vacances</p> 
	<p><b>Panini Jambon, fromage</b></p> <p>Jambon, fromage, salade, tomate <i>XL, giảm bông, phômai, cà chua</i></p>	<p><b>L'Italien</b> </p> <p>Fromage, épinard, tomate, pesto <i>Y : Phô mai, rau bina, cà chua, sốt pesto</i></p>		
<p><b>LES SALADES</b> <b>XÀ LÁCH</b></p>	<p><b>Salade de poulet Kentucky</b></p> <p>Salade, poulet mariné, tomate, fromage, croutons <i>Gà : XL, gà, cà chua, trung, phômai, bánh mì nướng crouton</i></p>	<p><b>Salade César</b></p> <p>Salade, tomate, poulet, œuf dur, fromage, crouton <i>César : XL, gà, cà chua, trung, phômai, bánh mì nướng crouton</i></p>		
<p><b>AUTRES PLATS SALÉS</b> <b>BÁNH MẶN</b></p>				
<p>En accompagnement avec la tarte salée ⇨ 1 soupe du jour + 1 dessert (fruit ou dessert du jour) <i>Món kèm với bánh tart mặn ⇨ 1 Súp trong ngày + 1 tráng miệng ( trái cây hoặc tráng miệng trong ngày )</i></p>				

Note : les ingrédients de ce menu peuvent changer ou être indisponibles à certains moments

Lưu ý : các thành phần trong thực đơn này có thể thay đổi hoặc không có sẵn vào một số thời điểm nhất định.