

MENU CIS - LÀOCAI

Tuần 1: 2/10 - 6/10

Fresh

Delicious

TUẦN:1 WEEK:1	THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY	
	2- Oct	3- Oct	4- Oct	5- Oct	6- Oct	
ĂN SÁNG NHẸ MORNING SNACK	Bánh donut/ donut cake	Xôi sen dừa/lotus seed coconut sticky rice	Há cảo hấp Steamed dumpling	Bánh crep socola/ Chocolate crep cake	Bánh trôi đường	
ĂN XÉ NHẸ AFTERNOON SNACK	Nước ép dưa hấu Watermelon juice	Trái cây Fruit	Sữa chua uống yakult Yakult yogurt drink	Sữa TH truemilk	Chè thạch hạt chia/ Milo milk	
SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC						
KHAI VI	SALAD	Salad cà chua Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	Salad cà chua Salad selection
	CƠM RICE	Cơm gạo Ség Cù Steamed rice	Cơm gạo Ség Cù Steamed rice	Cơm gạo Ség Cù Steamed rice	Cơm gạo Ség Cù Steamed rice	Cơm gạo Ség Cù Steamed rice
	SÚP, BÚN HOẶC PHỞ SOUP OR NOODLE	Bún thịt heo/ pork noodle soup	Phở gà/ chicken noodle soup	Súp gà ngô kem/ chicken soup w.cream	Miến bò nấm huong/beef noodle soup /w.mushroom	Bánh đa cá cải xanh/ fish and vegetable noodle
	MÓN ĂN VIỆT NAM VIETNAMESE DISH	Bò xào thập cẩm Stir-fried beef with asparagus	Thịt heo kho tàu /braised pork	Mỳ trứng thập cẩm Fried Noodle with pork	Cá phi lê hấp xì dầu/ Steamed fish fillets in soya sauce	Gà chiên nước mắm Fried chicken w/fish sauce
	MÓN ĂN QUỐC TẾ	Đậu phụ chiên sả/ Lemongrass fried tofu	Chả cá sốt cà chua/ fish cake with tomato sauce	Ức gà áp chảo sốt mật ong/ Pan-fried chicken breast w/honey sauce	Chả lá lốt / Piper lolot leaves spring roll	Chả quế truyền thống/ Traditional cinnamon rolls
RAU VEG.	Rau muống xào tỏi/ Sauteed garlic spinach	Bí xanh xào tỏi/ Stir-fried winter melon w/ garlic	Củ quả luộc/ Steamed vegetables	Rau củ xào tỏi/ Stir-fried vegetablesw/ garlic	Susu xào thịt Stir-fried chayote w/ pork	
CANH	Canh cải ngọt nấu thịt Choy sum soup w/pork	Canh ngao nấu mồng tôi/ vegetable clam soup	Canh bí đỏ nấu xương/ Pumpkin soup w/pork	Canh rau ngót nấu thịt / Sweet leaf bush soup w/pork	Canh ngao nấu chua Clams sour soup	
NƯỚC UỐNG/ JUICE		Trà bí đao Squash tea		Trà sâm dứa Pineapple ginseng tea		
TRÁNG MIỆNG DESSERT	Trái cây Fruits	Rau câu Jelly	Chè thập cẩm/ mixed sweet soup	Trái cây Fruits	Chè đậu đen cốt dừa/ Coconut milk black bean sweet soup	
MÓN CHAY VEGETERIAN	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	

ĐA DẠNG

- Thực đơn Á - Âu đa dạng được luân phiên xoay vòng giúp thực khách không nhàm chán.
- Cấu trúc món ăn xây dựng theo khẩu phần dinh dưỡng, đảm bảo cung cấp đầy đủ dưỡng chất.
- Thực khách có thể chọn món tùy thích và không giới hạn lần ăn.

DIVERSITY

- Diverse Asian - European menus that alternate often to keep diners interesting all the time.
- The structure of dishes is built according to the nutritional diet, ensuring adequate supply of nutrients.
- Diners can choose their favorite dishes with unlimited serving times.

AN TOÀN

- Sức khỏe và sự an toàn của thực khách là mối quan tâm hàng đầu của May, do đó chúng tôi luôn đảm bảo:
- Quy trình chế biến đạt tiêu chuẩn vệ sinh an toàn thực phẩm.
- Nguồn nguyên vật liệu từ các đối tác uy tín.
- Đội ngũ nhân sự được đào tạo bài bản.

HEALTH SAFETY

- Customers' health and safety are May's top concerns, so we always ensure:
- Cooking process always meets food hygiene and safety standards.
- Cooking ingredients are provided by reputable partners.
- All personnel are well qualified.

HOT MENU CIS - LÀO CAI

Tuần 2: 9.10 – 13.10



TUẦN:2 WEEK:2		THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
		9 - Oct	10 - Oct	11- Oct	12- Oct	13-sep
ĂN SÁNG NHẹ MORNING SNACK		Xúc xích chả cá viên chiên/ fried fish balls and sausage	Bánh crep mật ong /honey crep	Bánh bông lan trứng muối/ salted egg sponge cake	Pizza bò băm/ Minced beef pizza	Xôi gấc chả giò/ sticky rice with pork sausage
ĂN XE NHẹ AFTERNOON SNACK		Hoa quả dầm sữa chua	Trái cây Fruit	Sữa chuaVNM VNMyogurt	Trái cây Fruit	Sữa chua uống yakult Yakult yogurt drink
SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC						
KHAI VI APPETIZER	SALAD SALAD	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection
	COM RICE	Com gạo Ség Cù Steamed rice	Com gạo Ség Cù Steamed rice		Com gạo Ség Cù Steamed rice	Com gạo Ség Cù Steamed rice
SÚP, BÚN HOẶC PHỞ SOUP OR NOODLE		Phở chiên sốt thịt / Fried pho with meat sauce	Bún cá hà nội /noodle fish soup Hà Nội	Khoai tây chiên lắc phô mai/ French fries shaken with cheese	Mỳ ý sốt thịt/ spaghetti with pork	Phở gà Bắc Hà/ Bac Ha chicken noodle soup/
	MÓN ĂN VIỆT NAM VIETNAMESE DISH	Gà om củ quả/ Braised chicken with vegetables	Mực xào ngũ sắc/ stir-fried squid five color	Bò sốt tiêu đen/ beef with black pepper sauce	Cá hấp dưa chua/ Steamed fish pickles	Thịt heo hầm củ cải trắng White radish pork stew
	MÓN ĂN QUỐC TẾ INTERNATIONAL DISH	Cá phi lê chiên xù ăn kèm sốt tartar/ Fried fish fillet served with tartar sauce/	Thịt heo chiên vừng/ Sesame fried pork	Com rang trứng/ eggs fried rice	Thịt ngan xào sả ớt /Fried geese meat with lemongrass peppers	Tôm rào nướng xiên Grilled shrimp on skewers
	RAU VEG.	Rau củ luộc kho quẹt/ Boiled vegetable dip w/ caramelized fish	Rau cải mè xào tỏi Stir-fried cat mustard green with garlic	Cải chíp sốt nấm Cabbage in mushroom sauce	Giá đỗ xào mướp/ Sautéed melon berries with bean sprouts	Ngon bí xào tỏi/ Boiled cauliflower
	CANH SOUP	Canh cải thảo Napa cabbage soup	Canh khoai sọ nấu xương Coco yam soup w/ pork	Canh nấm xương gà Mushroom chicken soup	Canh lagim/ lagim soup	Canh bí xanh nấu xương Winter melon soup w/ pork
NƯỚC UỐNG/ JUICE			Trà đào cam sả/ Lemongrass peach tea/		Trà chanh/ lemon tea	
TRÁNG MIỆNG DESSERT		Trái cây Fruit	Chè xương sa hạt lựu Pomegranate seed bone tea	Trái cây Fruit	Chè khoai dẻo Soft sweet potato	Trái cây Fruit
MÓN CHAY VEGETERIAN		Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish

ĐA DẠNG

- Thực đơn Á - Âu đa dạng được luân phiên xoay vòng giúp thực khách không cảm nhàm chán.
- Cấu trúc món ăn xây dựng theo khẩu phần dinh dưỡng, đảm bảo cung cấp đầy đủ dưỡng chất.
- Thực khách có thể chọn món tùy thích và không giới hạn lần ăn.

DIVERSITY

- Diverse Asian - European menus that alternate often to keep diners interesting all the time.
- The structure of dishes is built according to the nutritional diet, ensuring adequate supply of nutrients.
- Diners can choose their favorite dishes with unlimited serving times.

AN TOÀN

Sức khỏe và sự an toàn của thực khách là mối quan tâm hàng đầu của May, do đó chúng tôi luôn đảm bảo:

- Quy trình chế biến đạt tiêu chuẩn vệ sinh an toàn thực phẩm.
- Nguồn nguyên vật liệu từ các đối tác uy tín.
- Đội ngũ nhân sự được đào tạo bài bản.

HEALTH SAFETY

Customers' health and safety are May's top concerns, so we always ensure:

- Cooking process always meets food hygiene and safety standards.
- Cooking ingredients are provided by reputable partners.
- All personnel are well qualified.

MENU CIS - LÀO CAI

Tuần 3: 16.10 – 20.10



Fresh

Delicious

TUẦN:3 WEEK:3		THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
		16-Oct	17-Oct	18-Oct	19-Oct	20-Oct
ĂN SÁNG NHẸ MORNING SNACK		Bánh giầy giò / rice cake	Bánh khoai lang Sweet potato cake	Bánh Tart Trứng Egg tarts	Bánh sandwich nướng phô mai Grilled cheese sandwich	Bánh bao xá xíu/ Char siu dumplings
ĂN XÉ NHẸ AFTERNOON SNACK		Nước ép chanh dây Passion fruit juice	Sữa chua nha đam/ Aloe vera yogurt	Trái cây Fruit	Sữa milo/ milo milk	Nước ép lựu /Pomegranate juice
SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC						
KHAI VI	SALAD SALAD	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection
CƠM RICE		Cơm gạo Ség Cù Steamed rice	Cơm gạo Ség Cù Steamed rice		Cơm gạo Ség Cù Steamed rice	Cơm gạo Ség Cù Steamed rice
SÚP, BÚN HOẶC PHỞ SOUP OR NOODLE		Miến bò nấm hương /noodle beef w. mushroom	Bánh đa chả cá/ noodle with fish cake		Mỳ ống sốt thịt/ pasta with sauce meat	Bún nem hà nội/ hanoi spring roll noodle
	MÓN ĂN VIỆT NAM VIETNAMESE DISH	Gà chiên lá dứa Deep-fried chicken w/ pandan leaves	Tôm rim tỏi mặn ngọt Caramelized garlic shrimp	Phở xào thịt bò/ Stir-fried beef noodle soup/	Gà rang gừng/ Roasted ginger chicken	Sườn kho chua ngọt Braised sweet and sour pork ribs
	MÓN ĂN QUỐC TẾ INTERNATIONAL DISH	Đậu hũ Tứ Xuyên/ Sichuan tofu	Trứng cuộn thịt Scotland Scotch eggs	Cơm cuộn kiểu Nhật Sushi	Mực tươi chiên xù ăn kèm sốt bơ / Freshly fried squid served with butter sauce	Cá phi lê chiên giòn sốt cocktail Deep-fried fish fillets w/ cocktail sauce
	RAU VEG.	Ngon su su xào tỏi Stir-fried garlic porcelain tops	Cải thìa hấp Steamed bok choy	Bắp cải muối chua Pickled cabbage	Su hào luộc Boiled kohlrabi	Rau củ luộc kho quẹt Boiled vegetable dip w/ caramelized fish
	CANH SOUP	Canh mộc cà rốt Carrot soup w/ pork	Canh bí đỏ nấu xương Pumpkin soup w/ pork	Canh rau dền nấu thịt Amaranth and meat soup	Canh rau ngót nấu thịt Sweet leaf bush soup w/ pork	Canh khoai tây nấu xương/ potato soup w pork
NƯỚC UỐNG/ JUICE			Trà quất/ Kumquat tea		Nước đậu đỏ hương vani Vanilla-flavored red bean juice	
TRÁNG MIỆNG DESSERT		Chè hạt sen lá dứa/ Lotus seed tea with pandan leaves	Trái cây / fruit	Chè thạch hạt chia/ Chia seed jelly sweet soup	Trái cây Fruit	Chè trôi đường/ vietnam sweet soup
MÓN CHAY VEGETERIAN		Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish

ĐA DẠNG

- Thực đơn Á - Âu đa dạng được luân phiên xoay vòng giúp thực khách không bị nhàm chán.
- Cấu trúc món ăn xây dựng theo khẩu phần dinh dưỡng, đảm bảo cung cấp đầy đủ dưỡng chất.
- Thực khách có thể chọn món tùy thích và không giới hạn lần ăn.

DIVERSITY

- Diverse Asian - European menus that alternate often to keep diners interesting all the time.
- The structure of dishes is built according to the nutritional diet, ensuring adequate supply of nutrients.
- Diners can choose their favorite dishes with unlimited serving times.

AN TOÀN

- Sức khỏe và sự an toàn của thực khách là mối quan tâm hàng đầu của May, do đó chúng tôi luôn đảm bảo:
- Quy trình chế biến đạt tiêu chuẩn vệ sinh an toàn thực phẩm.
- Nguồn nguyên vật liệu từ các đối tác uy tín.
- Đội ngũ nhân sự được đào tạo bài bản.

HEALTH SAFETY

- Customers' health and safety are May's top concerns, so we always ensure:
- Cooking process always meets food hygiene and safety standards.
- Cooking ingredients are provided by reputable partners.
- All personnel are well qualified.

HOT MENU CIS - LÀO CAI

Tuần 4: 23.10 – 27.10



Fresh



Delicious



TUẦN:4 WEEK: 4	THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY	
	23-Oct	24-Oct	25-Oct	26-Oct	27-Oct	
ĂN SÁNG NHẹ MORNING SNACK	Súp gà ngô nấm/ Mushroom corn chicken soup	Khoai tây chiên rắc phô mai/ French fries with cheese	Bánh bông lan cuộn /Sponge cake rolls	Bánh giày giò Glutinous rice cake	Xôi đậu xanh chà bông. Sticky rice w/ beans and floss meat	
ĂN XE NHẹ AFTERNOON SNACK	Bánh Flan Flan	Nước ép cà rốt	Sữa chua uống yakult Yakult yogurt drink	Trái cây Fruit	Sữa trái cây fristi Fristi fruit milk	
SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC						
KHAI VỊ APETIZ	SALAD SALAD	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	Salad tự chọn Salad selection	
CƠM RICE	Com gạo Ség Cù Steamed rice	Com gạo Ség Cù Steamed Rice	Com gạo Ség Cù Steamed rice	Com gạo Ség Cù Steamed rice	Com gạo Ség Cù Steamed rice	
SÚP, BÚN HOẶC PHỞ SOUP OR NOODLE	Bún cá / noodle fish soup	Súp gà nấm / chicken and mushroom soup	Nui sốt cà chua/ macaroni with tomato sauce	Phở bò tây bắc/ noodle beef soup north west	Miến mọc nấm hương/ noodle pork w.mushroom soup	
	MÓN ĂN VIỆT NAM VIETNAMESE DISH	Gà om ngô nấm Braised chicken w/ corn and mushrooms	Tôm om đậu hũ Braised shrimp w/tofu	Com chiên Hải sản Seafood fried rice	Thịt heo kho tiêu Caramelized pork w/black-pepper	Trứng chiên thịt băm rau củ Fried eggs w/ minced pork and vegetables
	MÓN ĂN QUỐC TẾ INTERNATIONAL DISH	Cá phi lê chiên giòn sốt tartar Deep-fried fish fillets w/ tartar sauce	Thịt heo nướng Hàn Quốc/ Roast pork Korea	Trứng ốp tiêu tỏi / Garlic pepper omelet	Gà nướng tỏi Grilled garlic chicken	Bò hầm bí đỏ Braised beef w/ pumpkin
	RAU VEG.	Cải ngọt xào tỏi Stir-fried choy sum w/ garlic	Bầu non xào Stir – fried gourd	Củ quả luộc Steamed vegetables	Susu xào thập cẩm Stir-fried chayote andvegetables	Đậu que xào nấm mèo Stir-fried green beans w/ wood ear mushrooms
	CANH SOUP	Canh khoai môn nấu thịt Taro soup w/ pork	Canh bí đỏ nấu xương Pumpkin soup w/ pork	Canh chua thịt Sweet and sour soupw/ pork	Canh nấm xương gà Mushrooms soupw/ chicken	Canh rau má nấu tôm Pennywort soup w/ shirmp
NƯỚC UỐNG/ JUICE		Nước cam tang/ cam tang juice		Tào phớ/ Cao Fei		
TRÁNG MIỆNG DESSERT	Chè hoa cau /Areca blossom tea	Trái cây Fruit	Chè sương sa hạt é Glass jelly drink w/ basil seed	Trái cây Fruit	Thạch lá vối /Amniotic leaf jelly	
MÓN CHAY VEGETERIAN	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	Món chay theo ngày Daily vegan dish	

ĐA DẠNG

- Thực đơn Á - Âu đa dạng được luân phiên xoay vòng giúp thực khách không bị nhàm chán.
- Cấu trúc món ăn xây dựng theo khẩu phần dinh dưỡng, đảm bảo cung cấp đầy đủ dưỡng chất.
- Thực khách có thể chọn món tùy thích và không giới hạn lần ăn.

DIVERSITY

- Diverse Asian - European menus that alternate often to keep diners interesting all the time.
- The structure of dishes is built according to the nutritional diet, ensuring adequate supply of nutrients.
- Diners can choose their favorite dishes with unlimited serving times.

AN TOÀN

- Sức khỏe và sự an toàn của thực khách là mối quan tâm hàng đầu của May, do đó chúng tôi luôn đảm bảo:
- Quy trình chế biến đạt tiêu chuẩn vệ sinh an toàn thực phẩm.
- Nguồn nguyên vật liệu từ các đối tác uy tín.
- Đội ngũ nhân sự được đào tạo bài bản.

HEALTH SAFETY

- Customers' health and safety are May's top concerns, so we always ensure:
- Cooking process always meets food hygiene and safety standards.
- Cooking ingredients are provided by reputable partners.
- All personnel are well qualified.

