

HOT MENU CIS - LÀO CAI

Tuần 1: 7/10 - 11/10



Fresh

Delicious

Clean

TUẦN:1 WEEK:1		THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
		7-Oct	8-Oct	9-Oct	10-Oct	11-Oct
ĂN SÁNG NHẸ MORNING SNACK		Bánh su kem/ Choux cream	Xôi sen dừa/lotus seed coconut sticky rice	Há cảo hấp Steamed dumpling	Bánh mì kẹp thịt/ barbecue bread	Pizza bò băm/ Minced beef pizza
ĂN XÉ NHẸ AFTERNOON SNACK		Sữa chua nha đam/alo vera yogurt	Thạch trái cây/ Fruit jelly	Xoài dầm sữa chua/ mango mixed yogurt	Sữa yalkunt/Yalkunt milk	Sữa chua hoa quả/ Fruit yogurt
SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC						
KHAI VI APPETIZER	SALAD	Salad tự chọn Salad selection	Salad cà chua dưa chuột	Salad tự chọn Salad selection	Salad nga /Russia salad	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	Cơm gạo Ség Cù Steamed rice
SÚP, BÚN HOẶC PHỞ SOUP OR NOODLE		Súp gà nấm huong/Chicken soup w .mushroom	Cháo thịt băm/meat porridge	Miến trộn Hàn Quốc/ noodle style korean	Bún nem hà nội/hanoi spring roll noodle	Phở gà/Chicken noodle soup
MÓN ĂN VIỆT NAM VIETNAMESE DISH		Trứng ngâm xì dầu/ soy sauce pickled eggs	Nem hải sản/Sea food spring roll	Thịt băm xào thập cẩm/ Stir-fried minced meat	Bò lúc lắc / stir-fried beef at the shake	Gà nướng ngũ vị hương/ Five-flavored grilled chicken
MÓN ĂN QUỐC TẾ		Bò hầm bí đỏ Braised beef w/ pumpkin	Thịt heo nướng kiểu Hàn Quốc/ Korean- style roast pork	Mực tươi xào thập cẩm/ fresh squid stir- fried pilaf	Cá phi lê hấp xì dầu/ Fish fillet steamed soy sauce	Bắp cải cuộn thịt hấp/Steamed meat cabbage rolls
RAU VEG.		Cải chíp sốt nấm /Cabbage in mushroom sauce	Bắp cải luộc/ boiled cabbage	Ngọn su su xào tỏi/ Stir-fried chayote leaf w/garlics	Rau củ luộc kho quẹt Boiled vegetable dip w/ caramelized fish	Khoai tây xào cà chua/ Tomato stir-fried potatoes
CANH		Canh rau ngọt nấu thịt Sweet leaf bush soup w/ pork	Canh ngao nấu rong biển/ Clam soup cooked seaweed	Canh mộc cà rốt Carrot soup w/ pork	Canh bí xanh nấu xương Winter melon soup w/ pork	Canh cải xanh nấu thịt Vegetable soup cooked meat /
NƯỚC UỐNG/ JUICE			Trà bí đao/ squash tea		Trà chanh leo mật ong/ Honey passion fruit tea	
TRÁNG MIỆNG DESSERT		Chè thạch trân châu/ Jelly sweet soup	Trái cây/Fruit	Chè ngũ sắc five- five- color sweet soup	Trái cây/Fruit	Chè đỗ xanh cốt dừa/ Coconut milk green 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 CIS - LÀO CAI, 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 CIS - LAO CAI 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: 14/10 - 18/10



Fresh

Delicious

TUẦN:2 WEEK:2		THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
		14 - Oct	15 - Oct	16- Oct	17-Oct	18-Oct
ĂN SÁNG NHẸ MORNING SNACK		Bánh bông lan chà bông/ pork sponge cake	Sandwich trứng thịt nguội/ Cold meat egg sandwich	Gà pop corn chiên/pop corn fried chicken	Bánh trôi đường/ rice cake	Xôi thịt băm/minced sticky rice
ĂN XÉ NHẸ AFTERNOON SNACK		Thạch hương Coca/Jelly Coca	Sữa uống Fristi/ Fristi milk	Nước ép dưa hấu/ Lemon juice	Hoa quả dầm sữa chua/ Fruit yogurt	Nước ép chanh leo/ passion fruit juice
SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC						
KHAI VI APPETIZER	SALAD SALAD	Salad trái cây/ Fruit salad	Salad tự chọn/Salad selection	Nộm thập cẩm /mixed vegetables	Salad tự chọn/Salad selection	Salad rau xanh/ Green salad
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 gà / noodle chicken soup	Bánh đa cá cải xanh/ fish and vegetable noodle	Phở bò / Beef noodle soup	Nui sốt cà chua/ macaroni with tomato sauce	Cháo đậu xanh ruốc cá/green bean fish porridge
MÓN ĂN VIỆT NAM VIETNAMESE DISH		Trứng gà kho tàu/ Chinese-style chicken stock eggs	Tôm rim ba rọi/ roasted shrimp with pork	Trứng cuộn rong biển/ seaweed roll eggs	Mực tươi xào thập cẩm/ fresh squid stir-fried pilaf	Chả lụa rim mắm/ spring rolls with fish sauce
MÓN ĂN QUỐC TẾ INTERNATIONAL DISH		Bò xào bông cải Stir-fried beef /cauliflower and broccoli	Đậu nhồi thịt sốt cà chua/ tofu stuffed with tomato sauce meat	Bánh hamburger bò/ Beef hamburger	Cá phi lê chiên xù/ Fried fish fillets	Tôm chiên sốt cam/ Fried prawns w/ orange sauce
RAU VEG.		Rau củ luộc kho quẹt/ Boiled vegetable dip w/ caramelized fish	Bí đỏ xào tỏi/ stir-fried pumpkin w. garlic	Cải chíp xào xì dầu /Sautéed cabbage with soy sauce	Susu xào thịt Stir-fried chayote w/ pork	Rau muống xào tỏi/ Garlic stir-fried spinach
CANH SOUP		Canh bí xanh nấu xương/Winter melon soup w/pork	Canh rau ngọt nấu thịt/ Vegetable soup cooked meat	Canh nấm xương gà/ Mushroom chicken soup	Canh rau dền nấu thịt/ Amaranth soup cooking meat	Canh chua ngao/ Clam sour soup
NƯỚC UỐNG/ JUICE			Trà sâm dứa Pineapple ginseng tea		Nước đậu đỏ hương vani Vanilla-flavored red bean juice	
TRÁNG MIỆNG DESSERT		Chè chuối/Banana sweet soup	Trái cây / Fruit	Thạch rau câu/Jelly	Trái cây / Fruit	Chè ngô ngọt/Corn 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 CIS - LÀO CAI, 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 CIS - LAO - CAI 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: 21/10 - 25/10



Fresh

Delicious

TUẦN:3 WEEK:3		THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
		21-Oct	22-Oct	23-Oct	24- Oct	25- Oct
ĂN SÁNG NHẹ MORNING SNACK		Gà cuộn rong biển/ Seaweed Chicken Roll	Bánh Tart Trứng Egg tarts	Bánh giầy giò / rice cake	Pizza xúc xích ngô non/ Corn sausage pizza	Bánh ngô / Corn cake
ĂN XE NHẹ AFTERNOON SNACK		Nước ép lựu /Pomegranate juice	Sữa uống Fristi/ Fristi milk	Trái cây/Fruit	Sữa chua uống yakult/ Yakult yogurt drink	Nước ép chanh dây Passion fruit juice
SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC						
KHAI VỊ	SALAD SALAD	Slad tự chọn/ Salad selection	Nộm thập cẩm /mixed vegetables	Salad tự chọn Salad selection	Salad rau củ quả/ vegetable salad	Salad tự chọn Salad selection
	CƠM RICE	Com gạo Sếng Cù/ Steamed rice	Com gạo Sếng Cù/ Steamed rice	Com chiên bơ tỏi/ Garlic butter fried rice	Com gạo Sếng Cù/ Steamed rice	Com gạo Sếng Cù/ Steamed rice
SÚP, BÚN HOẶC PHỞ SOUP OR NOODLE		Súp gà nấm / chicken and mushroom soup	Bún mọc nấm huong/noodle meat and mushroom	Mỳ ống sốt thịt/ pasta with sauce meat	Phở trộn Bắc hà /Mixed noodle Bắc Hà	Bún chả lá lốt đậu hũ/noodle meat lolot
	MÓN ĂN VIỆT NAM VIETNAMESE DISH	Tôm hấp nước dừa/ steamed shrimp with coconut water	Bò hầm hạt dẻ/ beef chestnut stew	Thịt heo ram cốt lết /Pork ram cutlets	Thịt bê xào ngồng tỏi/ Stir-fried beef with garlic	Thịt kho củ cải /White radish pork stock
	MÓN ĂN QUỐC TẾ INTERNATIONAL DISH	Chả gà ngô non/ corn chicken cake	Đậu hũ Tứ xuyên/Sichuan tofu	Gà lắc phô mai/ Chicken cheese shake	Đậu phụ chiên trứng muối/ fried tofu salted eggs	Cá nướng muối tiêu/ salt-and-pepper grilled fish
	RAU VEG.	Bầu luộc chấm muối vừng/ boiled gourds dipped in sesame salt	Ngon su su xào tỏi/ stir-fried kohlrabi with garlic	Bắp cải luộc/ boiled cabbage	Củ quả luộc chấm muối vừng/ Boiled fruit tubers dipped in sesame salt	Nấm xào thập cẩm/ Sautéed mushrooms
	CANH SOUP	Canh khoai tây nấu xương/ potato soup w pork	Canh mồng tơi nấu tôm/ Vegetables cooked with shrimp	Canh ngao rong biển/ seaweed wings cooked with clams	Canh nấm xương gà Mushrooms soupw/ chicken	Canh mọc nấu chua/ sour meat soup
NƯỚC UỐNG/ JUICE			Trà sả tắc /Lemongrass tea		Trà trái cây nhiệt đới /Tropical fruit tea	
TRÁNG MIỆNG DESSERT		Thạch lá vối/Jelly	Trái cây / fruit	Chè thập cẩm/ mixed sweet soup	Trái cây / fruit	Chè đậu đỏ cốt dừa/ Coconut milk red 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 CIS - LÀO CAI, 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 CIS LAO - CAI 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 4: 28/10 - 1/11



TUẦN:4 WEEK: 4		THỨ HAI MONDAY	THỨ BA TUESDAY	THỨ TƯ WEDNESDAY	THỨ NĂM THURSDAY	THỨ SÁU FRIDAY
		28- Oct	29-Oct	30- Oct	31- Oct	1-Nov
ĂN SÁNG NHẸ MORNING SNACK		Bánh bông lan trứng muối/ salted egg sponge cake	Bánh bao xíu mại/ Shumai dumplings	Xôi thịt kho/ sticky rice meat stock	Pizza xúc xích ngô non/ Corn sausage pizza	Sand wich cá ngừ/ Tuna sandwich
ĂN XÉ NHẸ AFTERNOON SNACK		Nước ép cam cà rốt Carrot orange juice	Sữa chua nha đam/aloe vera yogurt	Sữa uống Fristi/ Fristi milk	Hoa quả dầm sữa chua/ Fruit yogurt	Nước cam tang/ cam tang juice
SET LUNCH MENU PRIMARY - SECONDARY - HIGHSCHOOL THỰC ĐƠN CƠM TRƯA TIỂU HỌC - TRUNG HỌC						
KHAI VI APPETIZE	SALAD SALAD	Salad tự chọn/ Salad selection	Salad tự chọn /Salad selection	Salad nga / Russia salad	Salad tự chọn /Salad selection	Salad rau xanh/ vegetables salad
	CƠM RICE	Com gạo Ség Cù/ Steamed rice	Com gạo Ség Cù/ Steamed Rice	Sandwich cá ngừ/Tuna sandwich	Com gạo Ség Cù/ Steamed rice	Com gạo Ség Cù/ Steamed rice
	SÚP, BÚN HOẶC PHỞ SOUP OR NOODLE	Bún thịt heo/ pork noodle soup	Bánh đa cá cải xanh/ fish and vegetable noodle	Phở gà/Chicken noodle soup	Mì xoắn sốt hải sản/ macaroni w seafood sauce	Bún mọc nấm hương/noodle meat and mushroom
	MÓN ĂN VIỆT NAM VIETNAMESE DISH	Sườn lợn nướng tiêu tỏi / Garlic pepper grilled pork chops	Tôm mực xào thập cẩm/ Stir-fried squid shrimp	Trứng hấp vân/ Steamed eggs	Ức gà áp chảo sốt mật ong/Pan-fried chicken breast w/honey sauce	Sườn lợn hầm củ quả/ Pork ribs stewed in fruit
	MÓN ĂN QUỐC TẾ INTERNATIONAL DISH	Chả cá rim tiêu/ Fish cakes with pepper sauce	Thăn lợn sốt cà chua/ Pork loin with tomato sauce /	Bò hầm bí đỏ/Braised beef w/ pumpkin	Thịt heo kho tàu /braised pork	Cá nướng giềng sả/ Grilled fish with lemongrass
	RAU VEG.	Cải ngọt xào tỏi Stir-fried choy sum w/ garlic	Cải thảo xào xì dầu/sautéed cabbage with soy sauce	Củ quả xào thịt/ Stir-fried bulbs of minced meat	Bầu non xào Stir - fried gourd	Bầu luộc chấm muối vừng/ boiled gourds dipped in sesame salt
	CANH SOUP	Canh lagim/ lagim soup	Canh chua thịt băm/ Minced meat sour soup	Canh bí đỏ nấu xương Pumpkin soup w/ pork	Canh cải ngọt nấu thịt/vegetable soup cooked meat	Canh khoai tây nấu xương/ potato soup w pork
NƯỚC UỐNG/ JUICE			Trà chanh/ Lemon tea		Nước cam tang/ cam tang juice	
TRÁNG MIỆNG DESSERT		Thạch dưa hấu /Water melon jelly	Trái cây / fruit	Chè đỗ đen sương sáo/Dewy black bean sweet soup	Trái cây / fruit	Chè hạt sen lá dứa/ Lotus seed tea with pandan leaves
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 CIS LAO CAI do đó chúng tôi luôn đảm bảo:

- Quy trình chế biến đạt tiêu chí sinh an toàn thực phẩm.
- Nguồn nguyên vật liệu từ các địa điểm uy tín.
- Đội ngũ nhân sự được đào tạo.

HEALTH SAFETY

Customers' health and safety are CIS LAO CAI 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.

Sức khỏe và sự an toàn của thực khách là mối quan tâm hàng đầu của CIS - LÀO CAI do đó chúng tôi luôn đảm bảo:

- Quy trình chế biến đạt tiêu chí sinh an toàn thực phẩm.
- Nguồn nguyên vật liệu từ các địa điểm uy tín.
- Đội ngũ nhân sự được đào tạo.