



BIST

Lunch Menu



Please be aware that items on this menu may change or be unavailable at certain times.









































Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
Food						
Morning Break	Brownie & Fruit (บราวน์ + ผลไม้)	Shushi Roll & Fruit (ซูชิ + ผลไม้)	Pork Bun/Cream Bun & Fruit (ซาลาเปาหมูและครีม + ผลไม้)	Borchetta Crackers & Fruit (แครกเกอร์บุชเตต้า + ผลไม้)	Strawberry Yogurt Smoothie & Fruit (สมูทตี้สตอเบอร์รี่โยเกิร์ต + ผลไม้)	Sausage Roll & Fruit -
Drink	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)
Fresh Fruit	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)
Salad	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)
Noodle	Chicken Noodles (ก๋วยเตี๋ยวไก่)	Pork Noodle (ก๋วยเตี๋ยวหมูสับ)	Seafood Tom Yum Noodles (ก๋วยเตี๋ยวทะเล)	Ramen (ราเมน)	Red Braised Chicken with Egg Noodles (พะมี่น้ำไก่แดง)	Beef Meatball Noodles (ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้นเนื้อ)
Sandwich Bar	-	Ham & Cheese Sandwich (แซนวิชแฮมชีส)	-	Boiled egg Sandwich (แซนวิชไข่ต้ม)	-	-
Rice	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)
Thai	Papaya Salad (ส้มตำ)	Fried Egg salad (ยำไข่ดาว)	Hainese Chicken Rice (ข้าวมันไก่)	Deep Fried Fish with Seasoning Fish Sauce (ปลากระพงและปลาตอลลี่ทอดน้ำปลา)	Beef Japanese Curry (แกงกะหรี่ญี่ปุ่นเนื้อ)	Fried Pork Salad (ลาบหมูทอด)
Asian	Sticky Rice with Grilled Pork (ข้าวเหนียวหมูย่าง)	Pork and Egg Fried Rice (ข้าวผัดหมูและไข่ไม่ใส่ผักทุกชนิด) <small>(แต่ถั่ว มะนาว และต้นหอมแยกใส่ถ้วย)</small>	Bibimbap (บิ빔บับหมู)	Mixed Glass Noodle Salad (ยำวุ้นเส้นรวมมิตร)	Spaghetti with Spicy Mixed Seafood (สปาเก็ตตี้ซีฟู้ดเผ็ด)	Chinese braised chicken (ไก่ตุ๋นยาจีน)
Soup	Mix Vegetable Clear Soup (แกงจืดผักรวมเต้าหู้ไข่)	Spicy Chicken Soup (ต้มแซ่บอกไก่และปีกบนไก่)	Winter Melon Soup with Pork (แกงจืดฟักหมู)	Cucumber Soup Stuffed with Minced Pork (แกงจืดแตงร้านยัดไส้หมูสับ)	Creamy Spinach Soup (ซूपครีมผักโขม)	-
Western	Chicken Steak (สเต็กไก่)	Spaghetti Bolognese (สปาเก็ตตี้โบโลเนส)	Pork Honey Mustard (หมูอบน้ำผึ้งมัสตาร์ด)	Spinach Stuffed Chicken Breasts (ไก่อบผักโขม)	Fish And Chips	BBQ Grilled Pork (หมูย่างซอสบาบีคิว)
Vegetarian1	Chinese -Styled Fried Noodle (ผัดยาก็โซบะ)	Spaghetti with Kale & Plant Based Meat	Vegetarian Bibimbap (บิ빔บับมังสวิรัต)	Baked Spinach With Cheese (ผักโขมอบชีส)	Stir-fried kale (คะน้าหมูกรอบพืช)	Fried Mushroom Larb (ลาบเห็ดทอด)
Vegetarian2	Grilled Tofu with Teriyaki Sauce (เต้าหู้ย่างซอสเทอริยากิ)	Stir Fried Mushroom & with Thai Basil (ผัดกระเพราเห็ดหมูสามชั้นจากพืช)	Chick Peas with crispy bread	Crispy fried vegetables tamarind sauce (ผักทอดกรอบ ซอสมะขาม)	Plant-Based Chicken Nuggets (นิกเก็ตไก่จากพืช)	-
Potato	Baked Potato (มันอบ)	Vegetables (ผักย่าง)	Mashed Potato (มันบด)	Sauteed Potato	French Fries	-
Tri Colour Veggeis	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)
Dessert	banana with coconut (กล้วยบวชชี)	-	Lemon Tart (ทาร์ตเลมอน)	-	Ice Cream (ไอศกรีม)	-

Lunch Menu

WEEK 2
2-7/09/24

Please be aware that items on this menu may change or be unavailable at certain times.



Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
Food						
Morning Break	Hummus+Crackers +Carrot & Fruit 	Waffle & Fruit (วาฟเฟิล+ผลไม้) 	Chicken Samosa & Fruit (ชาโมซ่าไก่ + ผลไม้) 	Fish Finger & Fruit (ฟิชฟิงเกอร์+ผลไม้) 	Muffin Banana & Fruit 	-
Drink	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)
Fresh Fruit	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)
Salad	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)
Noodle	Udon (อุด้ง) 	Pork Noodles (บะหมี่หมูและเกี๊ยว) 	Fish Ball Noodle (ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้นปลา) 	Northern Thai Curry Noodle (ข้าวซอยไก่) 	Braised Duck Noodles (เส้นหมี่เป็ดพะโล้) 	Pork meatball noodles (ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้นหมู) 
Sandwich Bar	-	Crab Stick Salad Sandwich (แซนด์วิชสลัดปูอัด)	-	Tuna Sandwich (แซนด์วิชทูน่า) 	-	-
Rice	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)
Thai	Fried Pork Ribs (ซี่โครงหมูทอด) 	Roasted Pork with Chili and Salt (หมูคั่วพริกเกลือ) 	Soy Flavoured Pork (ข้าวหน้าซอสญี่ปุ่น) 	Stir-fried kale with pork belly (ผัดคะน้าหมูสามชั้น) 	Stewed Pork Leg on Rice (ข้าวขาหมู) 	Stir-fried chicken with basil leaves (ไก่ผัดใบโหระพา) 
Asian	Stir-fried Mixed vegetables and chicken (ผัดผักรวมไก่) 	Shrimp Fried Rice (ข้าวผัดกุ้ง) 	Chicken Tonkatsu (ไก่ทอดคัตสึ) 	Beef Stew (สเตวี่เนื้อ) 	Stir-fried Seafood with Garlic (ทะเลผัดกระเทียม) 	-
Soup	Carrot Soup (ซุปรแครอท) 	White Radish Soup with Minced Pork (แกงจืดหัวไชเท้าหมูสับ) 	Mushroom Soup (ซุปรครีมเห็ด) 	Thai Omelet Soup with Minced Chicken (แกงจืดไข่น้ำไก่สับ) 	Thai Chicken Coconut Soup with Mushroom (ต้มยำไก่และเห็ด) 	Suki Yaki (สุกี้ยากี้ผักรวมเต้าหู้) 
Western	Chicken Steak with Mornay Sauce (สเต็กไก่ซอสมอเนย์) 	Chicken Wrap (แร็บบั๊ก) 	Penne Pork Tomato Sauce (เพนเน่ซอสหมู) 	Pork Lasagna (ลาซานย่าหมู) 	Chicken Nuggets 	Chicken Parmigiana (ไก่พามาจีเนีย) 
Vegetarian1	Stir Fried Ginger with vegetables protein (โปรตีนเกษตรผัดพริกขิง)	Meatoo Plant-based Fish Cake (ทอดมันจากพืช)	Sticky Gravy Crispy Tofu (เต้าหู้ทรงเครื่อง) (แร็บบั๊กควินัวสไตล่ออเมริกัน)	Mixed Brean Stew (สเตวี่ถั่วรวม)	Rap American Style Quinoa	fried tofu with chilli paste (เต้าหู้ผัดพริกเผา)
Vegetarian2	Sautéed Zucchini and Tomatoes	Stir-fried mixed vegetables (ผัดผักรวมมิตร)	Penne Tomato Sauce with Plant Based Balls (เพนเน่ซอสมะเขือเทศ) (แพนเนต)	Spinach Lasagna (ลาซานย่าผักโขม) 	Braised Cabbage and Tofu (กะหล่ำปลีเต้าหู้ตุ๋น)	-
Potato	Baked Potato (มันอบ)	Potato Wedges (มันเวจ)	Mashed Potato (มันบด)	Roasted Potatoes	French Fries	-
Tri Colour Veggeis	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)
Dessert	Croissant pudding (ครัวซองต์พุดดิ้ง) 	-	Brownie (บราวน์นี่) 	-	Ice Cream+cone	-

Lunch Menu

WEEK 3
9-14/09/24

Please be aware that items on this menu may change or be unavailable at certain times.



Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
Food						
Morning Break	Spring Roll & Fruit (โปเปี้ยะ + ผลไม้)	Corn dog & Fruit (คอร์นด็อก+ผลไม้)	Samosa Banana & Fruit (ซาโมซากกล้วย & ผลไม้)	Ham Cheese Croissant & Fruit (ครัวซองค์แฮมชีส&ผลไม้)	Tart Egg & Fruit (ทาร์ตไข่ + ผลไม้)	-
Drink	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)
Fresh Fruit	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)
Salad	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)
Noodle	Pork Namtok Noodles (ก๋วยเตี๋ยวน้ำตกหมู)	Ramen (ราเมน)	Red Pork Noodles (บะหมี่หมูแดง)	Tom Yum Noodles with Minced Pork (ก๋วยเตี๋ยวต้มยำหมูสับ)	Chicken Noodle (ก๋วยเตี๋ยวไก่)	Shredded Chicken Noodle Soup (บะหมี่น้ำไก่ฉีก)
Sandwich Bar	-	Chicken Sandwich (แซนวิชไก่)	-	Fried Egg & Cheese Sandwich (แซนวิชไข่และชีส)	-	-
Rice	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)
Thai	Stir Fried Chicken with Thai basil (ผัดกะเพราไก่ชิ้น)	Sticky Rice with Fried chicken wings (ข้าวเหนียวปีกบนและปีกกลางไก่ทอด)	Spicy minced chicken salad. (ลาบไก่)	Chicken Panaeng Curry (พะเนียงไก่)	Rice with Roast Red Pork (ข้าวหมูแดง)	Tom Yum Fried Rice (ข้าวผัดต้มยำกุ้ง)
Asian	Fried Egg (ไข่ดาว)	Steamed Prawns with Vermicelli (กุ้งอบวุ้นเส้น)	Stir fried Pork with Garlic Sauce (หมูกระเทียม)	Omelette (ไข่เจียว)	Stir Fried Seafood Curry Paste (ทะเลผัดพริกแกง)	Fried Egg (ไข่ดาว)
Soup	Chicken Wing Potato Soup (ซุปลิ้นฝรั่งปีกบนไก่)	Clear Soup with Chicken (ต้มจืดไก่สับผักกาดขาว)	Potato Soup (ซุปลิ้นฝรั่ง)	Braised Pork with Mushroom and Chinese Radish (หมูตุ๋นเห็ดหอมหัวไชเท้า)	Soup with Pork Balls (ต้มจืดลูกเงาะหมู)	-
Western	Spaghetti Carbonara (สปาเก็ตตี้คาโบนาร่าเบคอน)	Pork Steak with Black Pepper Sauce (สเต็กหมูพริกไทยดำ)	Grilled fish	Macaroni and Cheese Chicken (แมคแอนด์ชีสแฮมไก่)	Beef Quesadilla (เคซาดิลล่าเนื้อ)	Baked Pork Ribs with BBQ Sauce (ซี่โครงหมูอบซอสบาร์บีคิว)
Vegetarian1	Stir Fried Kimchi and Tofu Udon	Grilled Plant based & Tofu (แพลนเบสและเต้าหู้ย่างพริกไทยดำ)	Mushroom Spicy Salad (ยี่หวัด)	Tofu Satay (สะเต๊ะเต้าหู้)	Deep Fried Tofu with Korean Sauce (ข้าวราดเต้าหู้น้ำแดง)	Vegetable Korma (แกงกะหรี่ผัก)
Vegetarian2	Spaghetti Carbonara with Mushroom (สปาเก็ตตี้คาโบนาร่าเห็ด)	Stir Fried Vermicelli with Mixed Vegetables (ผัดวุ้นเส้นผักรวม)	Aloo Gobi	Spaghetti Pesto (สปาเก็ตตี้เพสโต)	Cauliflower & Chick Peas Quesadilla (เคซาดิลล่ากะหล่ำดอกและถั่วลันเตา)	-
Potato	Vegetables (ผักย่าง)	Mashed Potato (มันบด)	Baked Potato (มันอบ)	Vegetables (ผักย่าง)	French Fries	-
Tri Colour Veggeis	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)
Dessert	Mixed Coconut Milk (รวมมิตรน้ำกะทิ)	-	Chocolate Tart (ทาร์ตช็อกโกแลต) Apple Crumble (แอปเปิ้ลครัมเบิล)	-	Ice Cream (ไอศกรีม)	-

Please be aware that items on this menu may change or be unavailable at certain times.



Day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
Food						
Morning Break	Chicken Quesadilla & Fruit (เคซาดิยาไก่+ผลไม้) มัสมั่นใส่ซีส	Tuna Crackers & Fruit (แครกเกอร์ทูน่า + ผลไม้)	Fruit salsa and Cinnamon Chip & Fruit	Pancake & Fruit (แพนเค้ก + ผลไม้)	Fruit tart & Fruit (ทาร์ตผลไม้)	-
Drink	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)	Milk (นม)
Fresh Fruit	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)	Seasonal Fruit (ผลไม้ตามฤดูกาล)
Salad	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)	Salad Bar (สลัดบาร์)
Noodle	Minced Pork Noodles (ก๋วยเตี๋ยวไก่สับ)	Udon (อุด้ง)	Braised Chicken Noodles (ก๋วยเตี๋ยวไก่ตุ๋น)	Noodles with Pork in Gravy Sauce (ราดหน้าหมู)	Chinese Egg Noodles with Pork (บะหมี่หมู)	Chicken Sukiyaki (สุกี้ไก่)
Sandwich Bar	-	Club Sandwich (คลับแซนวิช)	-	Grilled Chicken Sandwich (แซนวิชไก่ย่าง)	-	-
Rice	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)	Steamed Rice & Rice Berry (ข้าวสวย+ข้าวไรซ์เบอร์รี่)
Thai	Boiled egg & Chicken in sweet brown sauce (ไข่พะโล้ไก่)	Shrimp Paste Fried Rice (ข้าวคลุกกะปิ)	Steamed Fish in Lemon Sauce (ปลาต้มมะนาว)	Green curry with Beef (แกงเขียวหวานเนื้อ)	Yellow Rice With Chicken (ข้าวหมกไก่)	Stir Fried Pork with Chili and Onions (หมูผัดพริกหยวกหอมใหญ่)
Asian	Prawn Pad Thai (ผัดไทยกุ้ง)	Sweet Pork (หมูหวาน)	Teriyaki Chicken (ไก่ย่างเทรียากิ)	Tonkutsu (ทงคัตสึหมู)	Stir-fried Rice Noodles with Soy Sauce & Pork (เส้นหมี่ผัดซีอิ๊วหมู)	Baked chicken with tomato sauce (ไก่อบซอสมะเขือเทศ)
Soup	Pumpkin soup (ครีมซูปฟักทอง)	Clear Soup with Seaweed & Tofu (ต้มจืดสาหร่ายเต้าหู้ไข่)	Kimchi soup (ซูปกิมจิ)	Mushroom soup (ครีมซูปเห็ด)	Pork Spare Rib Soup (ซูปซี่โครงหมูผสมเนื้อหมู)	Miso Soup (มิโซซูป)
Western	Roasted Fish & Concasse Sauce (ปลาย่าง+ซอสConcasse)	New Orleans Chicken (ปีกไก่นิวออลีน)	Spaghetti Carbonara (สปาเก็ตตี้คาโบนาร่าหมู)	Grilled Chicken with Gravy (ไก่ย่างซอสเกรวี่)	Deep Fried Chicken Burger (เบอร์เกอร์ไก่ทอด)	-
Vegetarian1	Grilled Tofu & Concasse Sauce (เต้าหู้ย่าง+ซอสConcasse)	Stir Fried Vegetable Protein with Chili and Ginger (โปรตีนเกษตรผัดพริกขิง)	Creamy Vegan Fajita Pasta	Green Curry TVC with Vegetable (แกงเขียวหวานโปรตีนเกษตรผักรวม)	Stir-fried Mixed Vegetables With Plant-Based Crispy Pork (ผัดผักรวมมิตรหมูกรอบจากพืช)	Chinese-Styled Fried Noodle (ผัดหมี่ข้าว)
Vegetarian2	Stir-Fried Plant Based with basil (ผัดกะเพราแพลนเบส)	Bean Spinach Stew (สตูว์ถั่วคีนัวและผักโขม)	Tofu Tikka Masala	Grilled Plant Based with Gravy Sauce (แพลนเบสย่างซอสเกรวี่)	Plant Based Burger (เบอร์เกอร์แพลนเบส)	-
Potato	Baked Potato (มันอบ)	Mashed Potato (มันบด)	Vegetables (ผักย่าง)	Potato Wedges (มันเจจ)	French Fries	-
Tri Colour Veggeis	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)	Tri Colour Vegetables (ผักต้มสามสี)
Dessert	Rice Balls with Coconut Milk (บัวลอยน้ำกะทิ)	-	Banoffee Pie (พายบานอฟฟี)	-	Ice Cream (ไอศกรีม)	-