

Monday 4 September	
Breakfast	Soup Broccoli served with Boiled Egg ซูปบล็อกโกลีเสิร์ฟพร้อมไข่ต้ม
Lunch	Grilled Chicken Tamarind Sauce served with Organic Rice ไก่ย่างซอสมะขาม เสิร์ฟกับข้าวออแกนิก
Snack	Seasonal Fruit Box - 300g ผลไม้รวม - 300g
Dinner	Grilled Salmon served with Glass Noodle Larb แซลมอนย่างเสิร์ฟกับ ลาบวุ้นเส้น พร้อมผักเคียง
Tuesday 5 September	
Breakfast	Scrambled Eggs and Mushroom Sauce served with Grilled Fish ไข่คนกับซอสเห็ด เสิร์ฟพร้อม ปลาย่าง
Lunch	Pork Steak Red Wine Sauce served with Grilled Potato สเต็กหมูกับมันอบ
Snack	Steamed Milk and Quinoa Almond คีนัวตุ๋นนมใส่อัลมอนต์
Dinner	BBQ Chicken Stay Sauce served with Zucchini Salad บาร์บีคิวไก่ ซอสสะเต๊ะ เสิร์ฟกับสลัด ชุกินี
Wednesday 6 September	
Breakfast	Wonton Pork Soup เกี๊ยวน้ำหมู
Lunch	Chicken Burger serve with Tzatziki Sauce เบอร์เกอร์ไก่ ซอสแซตซิกิ
Snack	Carrot Smoothie แครอทสมูทตี้
Dinner	Grilled Dolly Fish serve with Tom Yum Sauce And Organic Rice ปลาอดลิ้งซอสต้มยำ เสิร์ฟพร้อมข้าวออแกนิก

Thursday 7 September	
Breakfast	Bell Pepper Stuffing Minced Pork Mix Bean served with Salad พริกหวานยัดไส้หมูเสิร์ฟพร้อมสลัด
Lunch	Stew Pork served with Boiled Vegetables ข้าวสตูว์หมู กับผักต้ม
Snack*	Corn Milk And Seeds นมข้าวโพดและธัญพืช
Dinner	Lemon Herb Mediterranean And Pasta Salad with Chicken สลัดพาสต้ามะนาวสมุนไพร กับ ไก่
Friday 8 September	
Breakfast	Lasanya Cup ลาซานญาไก่ในถ้วย
Lunch	Lemon And Basil Baked Fish served with Green Salad ปลาอบเครื่องเทศกลิ่นเลมอนเสิร์ฟกับกรีนสลัด
Snack*	Refresh Smoothie น้ำผักรวม
Dinner	Grilled Pork Jim Jeaw served with Papaya Salad หมูย่างจิ้มแจ่วเสิร์ฟกับส้มตำ

Note: * Snack is provided to individual who needs higher energy per day