

Thời Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g – 08g		Nui sao thịt băm	Bánh đa tôm thịt	Bún bò Huế	Hủ tiêu nam vang	Súp thịt bắp non	cháo thịt cải bó xôi
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Ăn Trưa 10g – 11g	Mặn	Thịt kho xúc xích	Bò kho	Cá lóc kho bầu	Thịt kho trứng cút	Đậu hũ trứng thịt sốt cà	Thịt hầm ngũ sắc
	Canh	Canh rau muống	Canh cải ngọt nấu thịt	Canh bí đỏ	Canh cải bó xôi nấu tôm	Canh sườn lagim	Canh bí xanh
10g00		Nho Úc	Thanh long	Dưa hấu	Táo Mỹ	Chuối cau	Lê đường
13g45		Cam ép	Nước tắc	Nước chanh	Chanh dây	Nước mát	Ép ổi
Ăn chiều 14g45	Mặn	Sườn ram	Cá thu sốt cà	Tôm kho tàu	Bò sốt khoai tây	Cá diêu hồng nấu ngọt	Tôm rim thịt
	Canh	Canh cải dúm	Canh bí đỏ	Canh bầu	Canh bí xanh	Canh cải bó xôi	Canh mướp

THỰC ĐƠN TUẦN 1 THÁNG 10
 Từ ngày 29 tháng 9 đến ngày 05 tháng 10 năm 2025
Khối Mầm

Thời Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g -08g		Nui sao thịt băm	Bánh đa tôm thịt	Bún bò Huế	Hủ tiếu nam vang	Súp thịt bắp non	cháo thịt cải bó xôi
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Rau câu lá dứa	Yaourt	Yaourt	Rau câu dừa	Yaourt
Ăn Trưa 10g – 11g	Mặn	Thịt kho xúc xích	Bò kho	Cá lóc kho bầu	Thịt kho trứng cút	Đậu hủ trứng thịt sốt cà	Thịt hầm ngũ sắc
	Canh	Canh rau muống	Canh cải ngọt nấu thịt	Canh bí đỏ	Canh cải bó xôi nấu tôm	Canh sườn lagim	Canh bí xanh
	Tráng miệng	Nho Úc	Thanh long	Dưa hấu	Táo Mỹ	Chuối cau	Lê đường
13g45		Cam ép	Nước tắc	Nước chanh	Chanh dây	Nước mát	Ép ổi
Ăn xế 13g50-14g30		Cơm chiên hải sản + súp	Bánh lọt nui	Miến hải sản	Bún riêu tôm thịt	Bánh mì sandwich kẹp chả lụa Sữa Grow	Mì kim chi Hàn Quốc
15g50		Uống sữa CGHL	Uống sữa Nutifood	Uống sữa CGHL	Uống sữa Nutifood	Uống sữa CGHL	Uống sữa Nutifood

Thời Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g -08g		Nui sao thịt băm	Bánh đa tôm thịt	Bún bò Huế	Hủ tiếu nam vang	Súp thịt bắp non	cháo thịt cải bó xôi
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Rau câu lá cầm	Yaourt	Yaourt	Rau câu dừa	Yaourt
Ăn Trưa 10g – 11g	Mặn	Thịt kho xúc xích	Bò kho	Cá lóc kho bầu	Thịt kho trứng cút	Đậu hũ trứng thịt sốt cà	Thịt hầm ngũ sắc
	Xào	Cải thìa xào	Cải bó xôi xào	Muróp xào	Cải dím xào	Bầu xào trứng	Đậu cove xào
	Canh	Canh rau muống	Canh cải ngọt nấu thịt	Canh bí đỏ	Canh cải bó xôi nấu tôm	Canh sườn lagim	Canh bí xanh
	Tráng miệng	Nho Úc	Thanh long	Dưa hấu	Táo Mỹ	Chuối cau	Lê đường
13g45		Cam ép	Nước tắc	Nước chanh	Chanh dây	Nước mát	Ép ổi
Ăn xế 13g50-14g30		Cơm chiên hải sản + súp	Bánh lọt nui	Miến hải sản	Bún riêu tôm thịt	Bánh mì sandwich kẹp chả lụa Sữa Grow	Mì kim chi Hàn Quốc
15g50		Uống sữa CGHL	Uống sữa Nutifood	Uống sữa CGHL	Uống sữa Nutifood	Uống sữa CGHL	Uống sữa Nutifood