

T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g -08g		Cháo thịt đậu đỏ	Hủ tiếu bò kho	Mì tươi xương	Bún bò Huế	Nui sao sườn	Súp gà khoai tây
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Rau câu trái cây	Yaourt	Yaourt	Rau câu lá dứa	Yaourt
Ăn Trưa 10g – 11g	Mặn	Thịt kho gác	Tôm rim thịt	Bò sốt chanh dây	Phile cá lóc hấp Hongkong	Tim thịt xào đậu	Thịt kho xúc xích
	Canh	Canh rau muống	Canh rau dền nấu thịt	Canh cải bó xôi	Canh cải thìa nấu thịt	Canh cải thảo	Canh hẹ đậu hũ
13g45		Dưa hấu	Nước cam	Chuối cau	Nước mát	Đu đủ	Nước tắc
Ăn xế 13g50-14g30		Mì bò Hàn Quốc	Cơm rang hoàng hậu+súp	Bánh đa tôm thịt	Bánh lọt sườn	Bánh mì sandwich kẹp chả lụa sữa Grow	Miến thịt băm
15g50		Uống sữa Cô Gái Hà Lan	Uống sữa Nutifood	Uống sữa Cô Gái Hà Lan	Uống sữa Nutifood	Uống sữa Cô Gái Hà Lan	Uống sữa Nutifood



THỰC ĐƠN TUẦN 01 THÁNG 10
 Từ ngày 02 đến ngày 07 tháng 10 năm 2023
Khối Chồi và Khối Lá

T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g -08g		Cháo thịt đậu đỏ	Hủ tiếu bò kho	Mì tươi xương	Bún bò Huế	Nui sao sườn	Súp gà khoai tây
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Rau câu trái cây	Yaourt	Yaourt	Rau câu lá dứa	Yaourt
Ăn Trưa 10g -11g	Mặn	Thịt kho gác	Tôm rim thịt	Bò sốt chanh dây	Phile cá lóc hấp Hongkong	Tim thịt xào đậu	Thịt kho xúc xích
	Xào	Cải ngọt xào	Bầu xào	Cải thảo xào	Bí xanh xào	Cải thìa xào	Đậu đũa xào
	Canh	Canh rau muống	Canh rau dền nấu thịt	Canh cải bó xôi	Canh cải thìa nấu thịt	Canh cải thảo	Canh hẹ đậu hũ
13g45		Dưa hấu	Nước cam	Chuối cau	Nước mát	Đu đủ	Nước tắc
Ăn xế 13g50-14g30		Mì bò Hàn Quốc	Cơm rang hoàng hậu+súp	Bánh đa tôm thịt	Bánh lọt sườn	Bánh mì sandwich kẹp chả lụa sữa Grow	Miến thịt băm
15g50		Uống sữa Cô Gái Hà Lan	Uống sữa Nutifood	Uống sữa Cô Gái Hà Lan	Uống sữa Nutifood	Uống sữa Cô Gái Hà Lan	Uống sữa Nutifood



T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g – 08g		Cháo thịt đậu đỏ	Hủ tiếu bò kho	Mì tươi xương	Bún bò Huế	Nui sao sườn	Súp gà khoai tây
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Ăn Trưa 10g –11g	Mặn	Thịt kho gác	Tôm rim thịt	Bò sốt chanh dây	Phile cá lóc hấp Hongkong	Tim thịt xào đậu	Thịt kho xúc xích
	Canh	Canh rau muống	Canh rau dền nấu thịt	Canh cải bó xôi	Canh cải thìa nấu thịt	Canh cải thảo	Canh hẹ đậu hũ
Ăn xế 14g00		Dưa hấu	Nước cam	Chuối cau	Nước mát	Đu đủ	Nước tắc
Ăn chiều 14g45	Mặn	Bò sốt phô mai	Thịt ram mặn	Gà xào nấm	Thịt xào đậu cove	Cá diêu hồng sốt cà	Thịt hấp trứng rau củ
	Canh	Canh cải nhíp	Canh bầu	Canh cải xà lách xoong	Canh mồng tơi nấu thịt	Canh bí xanh	Canh cải thìa



T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g – 08g		Cháo thịt đậu đỏ	Cháo thịt bò rau củ	Cháo thịt cải bó xôi	Cháo bò cải đỏ	Cháo thịt băm	Súp gà khoai tây
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Ăn Trưa 10g –11g	Mặn	Thịt kho gác	Tôm rim thịt	Bò sốt chanh dây	Phile cá lóc hấp Hongkong	Tim thịt xào đậu	Thịt kho xúc xích
	Canh	Canh rau muống	Canh rau dền nấu thịt	Canh cải bó xôi	Canh cải thìa nấu thịt	Canh cải thảo	Canh hẹ đậu hũ
Ăn xế 14g00		Dưa hấu	Nước cam	Chuối cau	Nước mát	Đu đủ	Nước tắc
Ăn chiều 14g45	Mặn	Bò sốt phô mai	Thịt ram mặn	Gà xào nấm	Thịt xào đậu cove	Cá diêu hồng sốt cà	Thịt hấp trứng rau củ
	Canh	Canh cải nhíp	Canh bầu	Canh cải xà lách xoong	Canh mỏng toi nấu thịt	Canh bí xanh	Canh cải thìa

