

T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
<b>Ăn sáng</b> 07g -08g		Cháo thịt cải nhíp	Bánh canh tôm thịt	Bún gạo sườn	Nui sò hải sản	Cháo gà bí đỏ	<b>NGHỈ HỌP HĐSP</b>
<b>Ăn phụ 9g00</b>		Yaourt	Rau câu trái cây	Yaourt	Yaourt	Rau câu lá đừa	
<b>Ăn Trưa</b>  10g – 11g	<b>Mặn</b>	Bò sốt đậu hũ	Sườn rút xương kho gấc	Cá diêu hồng kho cà	Cà ri gà	Tôm rim thịt	
	<b>Canh</b>	Canh rau muống	Đu đủ hầm xương	Canh mồng tơi nấu cua đồng	Canh mây hồng	Canh cải ngọt	
<b>13g45</b>		Dưa hấu	Nước mát	Chuối cau	Cam vắt	Đu đủ	
<b>Ăn xế</b> 13g50-14g30		Cơm tấm sườn trứng+súp	Nui xào bò	Hủ tiếu rau củ quả	Xôi xá xíu	Mì tươi thịt bằm	
<b>15g50</b>		<b>Uống sữa CGHL</b>	<b>Uống sữa Nutifood</b>	<b>Uống sữa CGHL</b>	<b>Uống sữa Nutifood</b>	<b>Uống sữa CGHL</b>	



**THỰC ĐƠN TUẦN 04 THÁNG 10**  
 Từ ngày 23 đến ngày 28 tháng 10 năm 2023  
**Khối Chồi và Khối Lá**

T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
<b>Ăn sáng</b> 07g -08g		Cháo thịt cải nhíp	Bánh canh tôm thịt	Bún gạo sườn	Nui sò hải sản	Cháo gà bí đỏ	<b>NGHỈ HỌP HĐSP</b>
<b>Ăn phụ 9g00</b>		Yaourt	Rau câu trái cây	Yaourt	Yaourt	Rau câu lá dứa	
<b>Ăn Trưa</b> 10g -11g	<b>Mặn</b>	Bò sốt đậu hũ	Sườn rút xương kho gấc	Cá diêu hồng kho cà	Cà ri gà	Tôm rim thịt	
	<b>Xào</b>	Cải dím xào	Dưa leo xào	Cải ngọt xào	Bầu xào	Su hào xào	
	<b>Canh</b>	Canh rau muống	Đu đủ hầm xương	Canh mồng toi nấu cua đồng	Canh mây hồng	Canh cải ngọt	
<b>13g45</b>		Dưa hấu	Nước mát	Chuối cau	Cam vắt	Đu đủ	
<b>Ăn xế</b> 13g50-14g30		Cơm tấm sườn trứng+súp	Nui xào bò	Hủ tiếu rau củ quả	Xôi xá xíu	Mì tươi thịt bằm	
<b>15g50</b>		<b>Uống sữa</b> CGHL	<b>Uống sữa</b> Nutifood	<b>Uống sữa</b> CGHL	<b>Uống sữa</b> Nutifood	<b>Uống sữa</b> CGHL	





T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g – 08g		Cháo thịt cải nhíp	Bánh canh tôm thịt	Bún gạo sườn	Nui sò hải sản	Cháo gà bí đỏ	<b>NGHỈ HỌP HĐSP</b>
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	
Ăn Trưa 10g –11g	Mặn	Bò sốt đậu hũ	Sườn rút xương kho gấc	Cá diêu hồng kho cà	Cà ri gà	Tôm rim thịt	
	Canh	Canh rau muống	Đu đủ hầm xương	Canh mồng toi nấu cua đồng	Canh mây hồng	Canh cải ngọt	
Ăn xế 14g00		Dưa hấu	Nước mát	Chuối cau	Cam vắt	Đu đủ	
Ăn chiều 14g45	Mặn	Tôm thịt kho tàu	Bò kho	Sườn ram	Đậu hũ Nhật Bản sốt thịt	Cá lóc kho bầu	
	Canh	Canh bầu	Canh cải thìa nấu thịt	Canh bí đỏ	Canh súp lơ xanh	Canh bí đào	



T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g – 08g		Cháo thịt cải nhíp	Cháo tôm thịt rau củ	Cháo thịt susu	Cháo thịt băm khoai tây	Cháo gà bí đỏ	<b>NGHỈ HỌP HĐSP</b>
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	
Ăn Trưa 10g –11g	Mặn	Bò sốt đậu hũ	Sườn rút xương kho gấc	Cá diêu hồng kho cà	Cà ri gà	Tôm rim thịt	
	Canh	Canh rau muống	Đu đủ hầm xương	Canh mồng toi nấu cua đồng	Canh mây hồng	Canh cải ngọt	
Ăn xế 14g00		Dưa hấu	Nước mát	Chuối cau	Cam vắt	Đu đủ	
Ăn chiều 14g45	Mặn	Tôm thịt kho tàu	Bò kho	Sườn ram	Đậu hũ Nhật Bản sốt thịt	Cá lóc kho bầu	
	Canh	Canh bầu	Canh cải thìa nấu thịt	Canh bí đỏ	Canh súp lơ xanh	Canh bí đào	

