

T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g -08g		Cháo thịt đậu đỏ	Mì xuong	Bánh đa thanh cua Hàn Quốc	Nui sò sừn	Bún gạo tôm thịt	Súp gà bông cải xanh
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Rau câu trái cây	Yaourt	Yaourt	Rau câu lá dứa	Yaourt
Ăn Trưa 10g – 11g	Mặn	Thịt kho gác	Bò sốt chanh dây	Cá diêu hồng kho cà	Tôm rim thịt	Tim thịt xào đậu	Thịt kho xúc xích
	Canh	Canh cải dùm	Canh mướp nấu cua đồng	Canh cải thìa nấu thịt	Canh rau muống nấu tôm	Canh bí đỏ	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 lọt sừn	Bún cá	Bánh mì sandwich kẹp trứng 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 12
 Từ ngày 04 đến ngày 09 tháng 12 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	Mì xuong	Bánh đa thanh cua Hàn Quốc	Nui sò sườn	Bún gạo tôm thịt	Súp gà bông cải xanh
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Rau câu trái cây	Yaourt	Yaourt	Rau câu lá dứa	Yaourt
Ăn Trưa 10g -11g	Mặn	Thịt kho gấc	Bò sốt chanh dây	Cá diêu hồng kho cà	Tôm rim thịt	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 cải dúm	Canh mướp nấu cua đồng	Canh cải thìa nấu thịt	Canh rau muống nấu tôm	Canh bí đỏ	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 lọt sườn	Bún cá	Bánh mì sandwich kẹp trứng sữa Grow	Miến thịt bằm
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	Mì xương	Bánh đa thanh cua Hàn Quốc	Nui sò sườn	Bún gạo tôm thịt	Súp gà bông cải xanh
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Ăn Trưa 10g –11g	Mặn	Thịt kho gấc	Bò sốt chanh dây	Cá diêu hồng kho cà	Tôm rim thịt	Tim thịt xào đậu	Thịt kho xúc xích
	Canh	Canh cải dúm	Canh mướp nấu cua đồng	Canh cải thìa nấu thịt	Canh rau muống nấu tôm	Canh bí đỏ	Canh hẹ đậu hũ
Ăn xế 14g00		Dưa hấu	Nước cam	Chuối cau	Nước mát	Đu đủ	Nước tắc
Ăn chiều 14g45	Mặn	Bò nấu lagu	Thịt ram mặn	Thịt xào đậu cove	Gà xào nấm	Phile cá lóc kho bầu	Thịt hấp trứng rau củ
	Canh	Canh cải nhíp	Canh cải ngọt	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 khoai tây thịt băm	Cháo thịt susu	Cháo thịt băm	Cháo tôm thịt	Súp gà bông cải xanh
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Ăn Trưa 10g –11g	Mặn	Thịt kho gác	Bò sốt chanh dây	Cá diêu hồng kho cà	Tôm rim thịt	Tim thịt xào đậu	Thịt kho xúc xích
	Canh	Canh cải dùm	Canh mướp nấu cua đồng	Canh cải thìa nấu thịt	Canh rau muống nấu tôm	Canh bí đỏ	Canh hẹ đậu hũ
Ăn xế 14g00		Dưa hấu	Nước cam	Chuối cau	Nước mát	Đu đủ	Nước tắc
Ăn chiều 14g45	Mặn	Bò nấu lagu	Thịt ram mặn	Thịt xào đậu cove	Gà xào nấm	Phile cá lóc kho bầu	Thịt hấp trứng rau củ
	Canh	Canh cải nhíp	Canh cải ngọt	Canh cải xà lách xoong	Canh mồng tơi nấu thịt	Canh bí xanh	Canh cải thìa

