

T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g -08g		Cháo tim gan cải nhíp	Hủ tiếu thịt băm	Nui sao rau củ	Súp thịt bí đỏ	Bánh canh hải sản	Phở gà
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Rau câu trái cây	Yaourt	Yaourt	Rau câu lá dứa	Yaourt
Ăn Trưa 10g – 11g	Mặn	Bò kho	Sườn non chua ngọt	Phile cá lóc hấp Hongkong	Tôm rim thịt rau củ	Thịt kho trứng cút	Thịt kho tàu
	Canh	Canh rau muống	Canh sườn lagim	Canh bầu nấu tôm	Canh cải ngọt	Canh bông bí nấu giò sống	Canh cải dùm
13g45		Dưa hấu	Nước mát	Chuối cau	Cam vắt	Thanh long	Nước tắc
Ăn xế 13g50-14g30		Bánh đa sườn	Cơm tấm sườn trứng+súp	Bún riêu cua đồng	Mì trứng tôm thịt	Bánh bông lan trứng sữa Sữa Grow	Hoành thánh
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 02 THÁNG 01
 Từ ngày 08 đến ngày 13 tháng 01 năm 2024
Khối Chồi và Khối Lá

T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g -08g		Cháo tim gan cải nhíp	Hủ tiếu thịt băm	Nui sao rau củ	Súp thịt bí đỏ	Bánh canh hải sản	Phở gà
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Rau câu trái cây	Yaourt	Yaourt	Rau câu lá dứa	Yaourt
Ăn Trưa 10g -11g	Mặn	Bò kho	Sườn non chua ngọt	Phile cá lóc hấp Hongkong	Tôm rim thịt rau củ	Thịt kho trứng cút	Thịt kho tàu
	Xào	Cải dím xào	Đậu đũa xào	Cải ngọt xào	Bầu xào trứng	Dưa leo xào	Củ sắn xào
	Canh	Canh rau muống	Canh sườn lagim	Canh bầu nấu tôm	Canh cải ngọt	Canh bông bí nấu giò sống	Canh cải dím
13g45		Dưa hấu	Nước mát	Chuối cau	Cam vắt	Thanh long	Nước tắc
Ăn xế 13g50-14g30		Bánh đa sườn	Cơm tấm sườn trứng+ súp	Bún riêu cua đồng	Mì trứng tôm thịt	Bánh bông lan trứng sữa Sữa Grow	Hoành thánh
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 tim gan cải nhíp	Hủ tiếu thịt băm	Nui sao rau củ	Súp thịt bí đỏ	Bánh canh hải sản	Phở gà
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Ăn Trưa 10g –11g	Mặn	Bò kho	Sườn non chua ngọt	Phile cá lóc hấp Hongkong	Tôm rim thịt rau củ	Thịt kho trứng cút	Thịt kho tàu
	Canh	Canh rau muống	Canh sườn lagim	Canh bầu nấu tôm	Canh cải ngọt	Canh bông bí nấu giò sống	Canh cải dùm
Ăn xế 14g00		Dưa hấu	Nước mát	Chuối cau	Cam vắt	Thanh long	Nước tắc
Ăn chiều 14g45	Mặn	Thịt khìa	Cari ếch	Bò xào đậu cove	Cá quả hấp xì dầu	Sườn ram	Thịt gà hầm hạt sen
	Canh	Canh cải thảo	Canh susu	Canh rau dền nấu thịt	Canh cải nhíp	Canh cải thìa	Canh bí xanh



T. Gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Ăn sáng 07g – 08g		Cháo tim gan cải nhíp	Cháo thịt rau củ	Cháo thịt cải đỏ	Súp thịt bí đỏ	Cháo thịt băm	cháo gà
Ăn phụ 9g00		Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Ăn Trưa 10g –11g	Mặn	Bò kho	Sườn non chua ngọt	Phile cá lóc hấp Hongkong	Tôm rim thịt rau củ	Thịt kho trứng cút	Thịt kho tàu
	Canh	Canh rau muống	Canh sườn lagim	Canh bầu nấu tôm	Canh cải ngọt	Canh bông bí nấu giò sống	Canh cải dùm
Ăn xế 14g00		Dưa hấu	Nước mát	Chuối cau	Cam vắt	Thanh long	Nước tắc
Ăn chiều 14g45	Mặn	Thịt khìa	Cari ếch	Bò xào đậu cove	Cá quả hấp xì dầu	Sườn ram	Thịt gà hầm hạt sen
	Canh	Canh cải thảo	Canh susu	Canh rau dền nấu thịt	Canh cải nhíp	Canh cải thìa	Canh bí xanh

