**THỰC ĐƠN TUẦN 2 THÁNG 10 NĂM 2019**

**(Từ 09/10/2019 đến 12/10/2019)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **THỨ** | **BỮA SÁNG** | **BỮA TRƯA** | **BỮA TRƯA (THPT + NHÂN VIÊN)** | **BỮA PHỤ CHIỀU** |
| **2** | Bánh cuốn chả nạc | Thịt kho củ cải |  | Cháo trai thịt băm |
| Trứng tráng hành |
| Bắp cải cà rốt xào tỏi |
| Canh ngao nấu bầu |
| Tráng miệng: hoa quả |
| **3** | Bún hải sản | Thịt gà tẩm bột chiên giòn ( KFC ) | Thịt gà tẩm bột chiên giòn  ( KFC ) | Sữa tươi + bánh gato cuộn |
| Giò thái chấm mắm | Đậu trắng chấm mắm |
| Củ cải, cà chua luộc | Củ cải, cà chua luộc |
| Canh nước củ cải,cà chua luộc | Canh nước củ cải,cà chua luộc |
| Tráng miệng: hoa quả | Tráng miêng: hoa quả |
| **4** | Mì spaghetti (trộn sốt thịt băm cà chua) | Chả lá lốt | Chả lá lốt | Sữa chua nếp cẩm |
| Đậu lướt ván | Đậu lướt ván |
| Rau muống luộc | Rau muống luộc |
| Canh nước rau muống dầm chanh | Canh nước rau muống dầm chanh |
| Tráng miệng: hoa quả | Tráng miệng: hoa quả |
| **5** | Phở gà | Tôm sốt thơm |  | Sữa chua uống propi + táo |
| Ngô ngọt chiên bơ |
| Xu hào xào tỏi |
| Canh trứng, cà chua |
| Tráng miệng: hoa quả |
| **6** | Cari gà + bánh mì | Thịt tẩm bột chiên giòn | Thịt tẩm bột chiên giòn | Sữa millo nóng + bánh gạo nhật |
| Chả chiên chấm mắm | Chả chiên chấm mắm |
| Rau muống xào tỏi | Rau muống xào tỏi |
| Canh nước rau muống luộc dầm chanh | Canh nước rau muống luộc dầm chanh |
| Tráng miệng: hoa quả | Tráng miệng: hoa quả |