THỰC ĐƠN TUẦN 3 tháng 3 năm 2021 (Từ 15/3/2021 đến 20/3/2021)

THỨ	BỮA SÁNG	BỮA P.SÁNG	BỮA TRƯA (TH, THCS)	BỮA TRƯA (THPT + NHÂN VIÊN)	BỮA P.CHIỀU
2	Hamburger thịt băm trứng	Sữa tươi 110ml	Thịt kho trứng cút	Thịt kho trứng cút	Cháo cá hồi, cà rốt
			Lạc rang muối	Lạc rang muối	
			Bắp cải, cà rốt xào	Bắp cải, cà rốt xào	
			Canh ngao nấu chua	Canh ngao nấu chua	
			Tráng miệng: hoa quả	Tráng miệng: hoa quả	
3	Miến ngan	Sữa tươi 110ml	Thịt tẩm mắm chiên giòn bì	Thịt tẩm mắm chiên giòn bì	Bánh mỳ tươi Kinh đô nhân đỗ đỏ
			Đậu rim nước tương	Đậu rim nước tương	
			Củ cải xào	Củ cải xào	
			Canh rau dền nấu tôm	Canh rau dền nấu tôm	
			Tráng miệng: Hoa quả	Tráng miệng: Hoa quả	
4	Cơm rang thập cẩm	Sữa tươi 110ml	Bò hầm bí ngô	Bò hầm bí ngô	Bánh gạo + sữa chua nếp cẩm
			Khoai tây chiên	Khoai tây chiên	
			Súp lơ luộc	Súp lơ luộc	
			Canh nước súp lơ luộc	Canh nước súp lơ luộc	
			Tráng miệng: hoa quả	Tráng miệng: hoa quả	
5	Xôi trắng + ruốc + giò nạc	Sữa tươi 110ml	Gà kho gừng	Gà kho gừng	Bánh choco.pie vị sữa chua
			Trứng chưng cà chua	Trứng chưng cà chua	
			Cải ngồng xào	Cải ngồng xào	
			Canh bí xanh xương gà	Canh bí xanh xương gà	
			Tráng miệng: Hoa quả	Tráng miệng: Hoa quả	
6	Mỳ xào bò	Sữa tươi 110ml	Mực tẩm bột chiên giòn	Cá chép chiên giòn	Thạch rau câu mix vị + bánh bông lan bé
			Thịt băm sốt cà chua	Thịt băm sốt cà chua	
			Củ quả luộc chấm muối vừng	Củ quả luộc chấm muối vừng	
			Canh nước củ quả luộc	Canh nước củ quả luộc	
			Tráng miệng: hoa quả	Tráng miệng: hoa quả	
7	Học LCB	Sữa CT 110ml (CLB Tuổi thơ)	Thịt nhồi đậu lá lốt rán	Thịt nhồi đậu lá lốt rán	Bánh sandwich ruốc Kinh đô + sữa chua uống
			Đậu hũ non kho nấm	Đậu rim mắm hành	
			Bắp cải, cà rốt xào tỏi	Bắp cải, cà rốt xào tỏi	
			Canh đầu cá nấu chua	Canh đầu cá nấu chua	
			Tráng miệng: hoa quả	Tráng miệng: hoa quả	