

THỰC ĐƠN TUẦN 4 THÁNG 8/2023 (Từ 21/8/2023 đến 26/8/2023)

THỨ	BỮA SÁNG	BỮA P.SÁNG	BỮA TRƯA (TH, THCS)	BỮA TRƯA (THPT + NHÂN VIÊN)	BỮA P.CHIỀU
2	Bánh mì mặn kẹp pate, trứng rán	Sữa tươi 110ml	Thịt tằm bột chiên xù	Thịt tằm bột chiên xù	Sữa chua ống yakun + bánh nabiti sôcôla
			Đậu hũ sốt mắm	Đậu hũ sốt mắm	
			Rau muống trộn chua ngọt	Rau muống luộc	
			Canh nước rau muống dầm chanh	Canh nước rau muống dầm chanh	
			Tráng miệng: hoa quả	Tráng miệng: hoa quả	
3	Bún bò sốt vang	Sữa tươi 110ml	Cá basa nướng nghệ	Cá basa nướng riềng mẻ	Hoa quả thập cẩm dầm sữa chua
			Giò nóng thái chấm	Giò nóng thái chấm	
			Khoai tây xào	Khoai tây xào	
			Canh xương hầm thả rau ngọt	Canh xương hầm thả rau ngọt	
			Tráng miệng: hoa quả	Tráng miệng: hoa quả	
4	Phở gà ta	Sữa tươi 110ml	Thịt viên chiên	Thịt viên chiên	Bánh mì tươi nhân cốm
			Trứng gà kho tộ	Trứng gà kho tộ	
			Cải ngồng xào tỏi	Cải ngồng xào tỏi	
			Canh cua mướp, mỏng tỏi	Canh cua mướp, mỏng tỏi	
			Tráng miệng: Hoa quả	Tráng miệng: Hoa quả	
5	Bún trộn thập cẩm	Sữa tươi 110ml	Sườn tằm bột chiên giòn	Chả lá lốt	Chuối tiêu + bánh gạo nướng
			Đậu hũ sốt cà chua	Đậu hũ sốt cà chua	
			Củ cải, cà chua múi cau luộc	Củ cải, cà chua múi cau luộc	
			Canh nước luộc củ cải, cà chua	Canh nước luộc củ cải, cà chua	
			Tráng miệng: Hoa quả	Tráng miệng: Hoa quả	
6	Mì trộn sốt spaghetti	Sữa tươi 110ml	Thịt bò sốt tiêu đen	Thịt bò sốt tiêu đen	Bánh bông lan cuộn vị trà xanh
			Trứng gà cuộn	Trứng gà cuộn	
			Bắp cải, cà rốt xào tỏi	Bắp cải, cà rốt xào tỏi	
			Canh ngao cà chua thả hành răm	Canh ngao cà chua thả hành răm	
			Tráng miệng: hoa quả	Tráng miệng: hoa quả	