

THỰC ĐƠN TUẦN 1 THÁNG 10/2023 (Từ 02/10/2023 đến 06/10/2023)

THỨ	BỮA SÁNG	BỮA PHỤ SÁNG	BỮA TRƯA	BỮA TRƯA	BỮA PHỤ CHIỀU
			(HS TH, THCS)	(HS THPT, NHÂN VIÊN)	
2	Bánh cuốn hành phi + chả nạc	Sữa tươi 110ml	Thịt tấm bột chiên giòn	Thịt tấm bột chiên giòn	bánh bông lan phủ chà bông sốt trứng muối
			Đậu sốt cà chua	Đậu sốt cà chua	
			Mướp hương xào giá đỗ	Mướp hương xào giá đỗ	
			Canh tôm băm nấu rau ngót	Canh tôm băm nấu rau ngót	
			Tráng miệng: hoa quả	Tráng miệng: hoa quả	
3	Bún mọc, sườn	Sữa tươi 110ml	Thịt gà rang muối	Thịt gà rang muối	Nước cam vắt + xúc xích ponie
			Chả cá sốt cà chua	Chả cá sốt cà chua	
			Susu, cà rốt xào tỏi	Susu, cà rốt xào tỏi	
			Canh thịt băm nấu rau khoai lang	Canh thịt băm nấu rau khoai lang	
			Tráng miệng: Hoa quả	Tráng miệng: Hoa quả	
4	Bò sốt vang + bánh bao chay	Sữa tươi 110ml	sườn xào chua ngọt	Sườn xào chua ngọt	sữa chua uống probi + Chuối tiêu
			Trứng gà chiên sốt mắm	Trứng gà chiên sốt mắm	
			Bắp cải luộc	Bắp cải luộc	
			Canh nước bắp cải luộc thả gừng	Canh nước bắp cải luộc thả gừng	
			Tráng miệng: hoa quả	Tráng miệng: hoa quả	
5	Phở gà ta	Sữa tươi 110ml	Thịt bò sốt tiêu đen	Thịt bò sốt tiêu đen	Bánh sôcôla KitKat
			Lạc rim mặn ngọt	Lạc rim mặn ngọt	
			Bí xanh xào lá chanh	Bí xanh xào lá chanh	
			Canh nước xương hầm bí đỏ	Canh nước xương hầm bí đỏ	
			Tráng miệng: Hoa quả	Tráng miệng: Hoa quả	
6	Cháo trai + thịt băm + quẩy	Sữa tươi 110ml	Tôm chiên xù	Tôm chiên xù	Kem cốc vinamilk vị vani + hoa quả
			Trứng cút sốt xì dầu	Trứng cút sốt xì dầu	
			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	