

THỰC ĐƠN THÁNG 9

TUẦN 3

TUẦN 03	Thứ hai 15.09	Thứ ba 16.09	Thứ tư 17.09	Thứ năm 18.09	Thứ sáu 19.09
SÁNG	Bánh canh gà	Phở nạm bò viên	Mì dẹt thập cẩm	Bún riêu	Hủ tiếu tôm thịt
TRƯA TRUNG HỌC	Cơm tấm sườn bì chả	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Bún thịt bò xào
		Đùi gà chiên	Bò xào Tomyum	Ba rọi nạc dăm ram sả	
		Trứng chiên Mayonnaise	Cá điêu hồng sốt ớt chuông	Chả cá om cà chua	
	Cà chua dưa leo	Bông cải cà rốt bắp cải xào	Rau muống xào tỏi	Salad cà chua dưa leo	
	Canh súp rau củ	Canh cải chua đậu hũ	Canh cà chua trứng	Canh khoai mỡ	Chè thạch sen nhân
	Trái cây	Trái cây	Trái cây	Trái cây	Trái cây
XẾ TRUNG HỌC	Bánh Hokkaydo Jambon	Hủ tiếu mềm xào thập cẩm	Bánh churros đường quế	Bánh ướt chả	Bánh sandwich nướng phô mai
	Nước cam vắt	Nước mát mía lau	Trà đào	Milo sữa	Trà sữa
TRƯA TIỂU HỌC	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Bún thịt bò xào
	Sườn non ram mặn	Bắp bò nấu lagu đậu	Thịt ram xá xíu	Gà chiên nước mắm	
	Trứng chiên thịt băm	Phi lê cá basa chiên giòn	Đậu hũ bi sốt thịt cà	Xíu mại tôm thịt	
	Cà chua dưa leo	Cải bắp xào	Cải thìa xào nấm đông cô	Bầu xào trứng	
	Canh súp rau củ	Canh cải ngọt	Canh rong biển	Canh khoai mỡ	Chè thạch sen nhân
	Trái cây	Trái cây	Trái cây	Trái cây	Trái cây
XẾ TIỂU HỌC	Mì trần xá xíu trứng luộc	Bánh su kem vani	Nui sao thịt bò	Bánh cupcake chocolate	Bánh sandwich nướng phô mai
	Sữa tươi	Nước mát mía lau	Sữa tươi	Milo sữa	Trà sữa