

THỰC ĐƠN HỌC SINH

Tuần 01 tháng 09/2019

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	02/09/2019	03/09/2019	04/09/2019	05/09/2019	06/09/2019
Ăn trưa	NGHỈ LỄ	Ba rọi nướng muối ớt	Bún riêu	Gà hấp mắm nhĩ	Bò lúc lắc hạt điều
		Gà xào chua ngọt		Mực xào hành cần	Thăn heo xào bông cải
		Susu luộc chấm muối vừng	Rau ăn kèm	Cải ngọt luộc	Cải thìa luộc
		Canh bí xanh thịt băm		Canh củ quả nấu thịt	Canh bí đỏ nấu tôm
		Cơm trắng	Bún tươi	Cơm trắng	Cơm trắng
		Nho đen Mỹ	Nho	Dưa hời Vineco	Nước đào ép
Ăn nhẹ		Ngũ cốc dinh dưỡng Sữa tươi ít đường	Pizza bò Sữa chua probi	Nem rán Sữa chua yakult	Bánh bông lan trứng muối Sữa tươi ít đường

THỰC ĐƠN HỌC SINH

Tuần 02 tháng 09/2019

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ sáu
	09/09/2019	10/09/2019	11/09/2019	12/09/2019	13/09/2019
Ăn trưa	Thịt nướng ngũ vị	Mực chiên sốt XO	Hủ tiú bò kho	Đùi gà chiên sốt nước mắm	Tôm sốt Tam Tiêu
	Gà xào hạt điều	Trứng hấp thịt		Bò xào cà chua dưa leo	Thăn heo xào thập cẩm
	Bầu non hấp mềm	Muróp hương xào nấm rơm	Rau thom	Cải thìa chân gừng	Cải thìa xào tỏi
	Canh cải bó xôi	Canh chua ngao		Canh cua rau đay	Canh cải cúc nấu tôm tươi
	Cơm trắng	Cơm trắng	Hủ tiú khô	Cơm trắng	Cơm trắng
	Quýt	Táo	Xoài cát hòa lộc	Dưa hấu không hạt	Chuối cau
Ăn nhẹ	Nho Mỹ không hạt Sữa tươi ít đường	Chè bà ba Sữa chua Yakult	Cá viên chiên giòn Sữa Yomilk	Ngũ cốc Sữa tươi Vinamilk	Bánh bông lan ruốc Sữa chua Probi

THỰC ĐƠN HỌC SINH

Tuần 03 tháng 09/2019

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	16/09/2019	17/09/2019	18/09/2019	19/09/2019	20/09/2019
Ăn trưa	Gà nướng sốt ngũ vị	Bò xào khoai tây	Bún măng vịt	Thịt kho su hào	Cá basa chiên
	Chả cá chiên thì là	Trứng đúc thịt	Rau ăn kèm	Tôm xào mướp hương	Bò xào đậu cô ve
	Đậu bắp luộc chấm chao	salad trộn dầu oliu		Cải ngọt chần gừng	Rau củ luộc kho quẹt
	Canh chua tôm	Canh tàu hũ giá hẹ		Canh bí xanh thịt băm	Canh mướp mỏng toi tôm khô
	Cơm trắng	Cơm trắng	Bún tươi sợi nhỏ	Cơm trắng	Cơm trắng
	Đu đủ chín	Ồi	Chè bà bà	Sữa chua	Lê Hàn Quốc
Ăn nhẹ	Ngũ cốc dinh dưỡng Sữa tươi ít đường	Bánh bao thập cẩm Sữa chua probi	Pizza hawaii Sữa cacao lúa mạch	Gà KFC Sữa tươi ít đường	Bánh bông lan socola Sữa Yakult

THỰC ĐƠN HỌC SINH

Tuần 04 tháng 09/2019

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	23/09/2019	24/09/2019	25/09/2019	26/09/2019	27/09/2019
Ăn trưa	Tôm rang muối Hồng Kông	Cá thu kho nước dừa	Phở gà ta	Thịt kho đậu hũ	Bò nấu kiểu Hungari
	Thịt viên sốt cà	Gà xào chua ngọt	Rau ăn kèm	Tôm xào súp lơ, bắp non	Khoai tây phô mai bỏ lò
	Bắp cải chân gừng	Bông cải luộc		Đậu bắp luộc	Bì ngò, cà tím xào bơ
	Canh khoai mỡ thịt băm	Canh đu đủ thịt băm		Canh rau dền nấu cua	Súp cua
	Cơm trắng	Cơm trắng	Bánh phở tươi	Cơm trắng	Nui ống trộn dầu oliu
	Dưa hấu không hạt	Thanh long	Nho	Chôm chôm	Quýt đường
Ăn nhẹ	Dưa lưới Sữa chua	Há cảo Sữa tươi ít đường	Chè chuối Sữa yomilk dâu	Phô mai que Sữa probi	Bánh bông lan sô cô la Sữa chua trái cây