



# THỰC ĐƠN HỌC SINH TIỂU HỌC

Tuần 1 tháng 9 năm 2019

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	2/9/2019	3/9/2019	4/9/2019	5/9/2019	6/9/2019
Ăn trưa Tuần 1	<b>NGHỈ LỄ</b>	Cá nướng mỡ hành	Cơm chiên cá mặn	Thịt lợn nướng sả	Sườn nướng BBQ
		Đậu om tứ xuyên		Gà xào nấm đùi gà	Trứng đúc thịt
		Bắp cải luộc		Bầu luộc chấm muối vừng	Rau muống luộc
		Canh bắp cải luộc	Canh thịt nấu chua	Canh cải bó xôi nấu thịt	Canh khoai nấu thịt
		Cơm trắng		Cơm trắng	Cơm trắng
		Đu đủ	Nước chanh leo	Nước chanh tươi	Thanh long
Ăn nhẹ chiều 14h25		Bánh mì Sandwich	Bánh Pizza Hawaii	Hải sản viên chiên	Bánh bông lan socola cuộn
		SCU Probi		Sữa LIF Australia không đường	Sữa chua Ba Vì

\* Ghi chú: Thực đơn có thể thay đổi tùy thuộc tình hình thời tiết và Nhà Cung Cấp những vẫn đảm bảo chất dinh dưỡng cho học sinh



# THỰC ĐƠN HỌC SINH TIỂU HỌC

Tuần 2 tháng 9 năm 2019

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	9/9/2019	10/9/2019	11/9/2019	12/9/2019	13/9/2019
Ăn trưa Tuần 2	Gà hấp xì dầu	Bò viên sốt cà chua	Bún bò nam bộ	Thịt chân giò hấp mềm	Cá chiên vừng
	Thịt lợn xào khoai tây	Đậu chiên trứng muối		Gà chiên mắm	Thịt lợn xào mướp nhật
	Bắp cải luộc	Su su luộc chấm muối vừng		Củ quả luộc	Rau muống luộc
	Canh bắp cải luộc	Canh ngao nấu chua		Canh đu đủ với giò sống	Canh rau muống chua
	Cơm trắng	Cơm trắng		Cơm trắng	Cơm trắng
	Chuối	Dưa hấu	Chè đỗ đen	Nước chanh tươi	Đu đủ
Ăn nhẹ chiều 14h25	Bánh bông lan vani	Súp nấm hương kem tươi	Khoai môn chiên dứa	Cháo tôm thịt	Bánh bông lan ruốc
	Sữa LIF Australia - Không đường	Sữa chua Ba Vì	Sữa tươi CGHL _ Không đường	Sữa chua uống Probi	Sữa LIF Australia - Không đường

\* Ghi chú: Thực đơn có thể thay đổi tùy thuộc tình hình thời tiết và Nhà Cung Cấp những vẫn đảm bảo chất dinh dưỡng cho học sinh

# THỰC ĐƠN HỌC SINH TIỂU HỌC

Tuần 3 tháng 9 năm 2019

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	16/9/2019	17/9/2019	18/9/2019	19/9/2019	20/9/2019
Ăn trưa Tuần 3	Ngan om song nấm	Chà mực	Cơm gà Hải nam	Thịt lợn om tôm nấm	Lươn chiên ngũ vị
	Trứng chưng	Thịt xào đậu quả		Cá chiên xù	Đậu hũ nấm tươi
	Cải thảo hấp mềm	Cải chíp hấp gừng	Củ quả luộc chấm muối vừng	Bắp cải luộc	Bầu xào tỏi
	Canh mùng tơi nấu tôm	Canh bí xanh nấu thịt gà	Canh rau ngót nấu thịt	Canh bắp cải luộc	Canh khoai môn nấu thịt
	Cơm trắng	Cơm trắng		Cơm trắng	Cơm trắng
	Nước chanh	Dưa hấu	Chè đỗ đỏ	Đu đủ	Chuối
Ăn nhẹ chiều 14h25	Bánh bông lan ruốc Vinmart	Súp gà nấm hương	Bánh Pizza thịt bò	Thịt gà xiên nướng	Bánh su kem
	Sữa LIF Australia - Không đường	Sữa chua LMTN Yomost		Sữa LIF Australia - Không đường	SCA Ba Vị

\* Ghi chú: Thực đơn có thể thay đổi tùy thuộc tình hình thời tiết và Nhà Cung Cấp những vẫn đảm bảo chất dinh dưỡng cho học sinh

# THỰC ĐƠN HỌC SINH TIỂU HỌC

Tuần 4 tháng 9 năm 2019

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	23/9/2019	24/9/2019	25/9/2019	26/9/2019	27/9/2019
Ăn trưa Tuần 4	Gà nướng kiểu hàn quốc	Thịt lợn chiên dừa	Bò hầm sốt vang ăn với bánh mì	Cá thu sốt cà chua	Tôm chiên sốt chanh leo
	Cá xào cần tỏi	Thịt bò xào đậu cove		Trứng omelette	Thịt lợn xào su su
	Bắp cải luộc	Cải thảo hấp mềm		Rau muống xào tỏi	Cải chíp hấp gừng
	Canh rau dền nấu tôm	Canh mùng tơi nấu ngao		Canh rau muống chua	Canh khoai nấu thịt
	Com trắng	Com trắng		Com trắng	Com trắng
	Dưa hấu	Đu đủ	Nước chanh leo	Nước chanh tươi	Chè đỗ đỏ
Ăn nhẹ chiều 14h25	Súp kem bí đỏ	Bánh bông lan socola cuộn	Cánh gà chiên KFC	Cháo bò	Bánh mì kẹp trứng
	Sữa chua Ba vì	Sữa TTT Vinamilk không đường		SCU Probi	Sữa LIF Australia 1L - Không đường

\* Ghi chú: Thực đơn có thể thay đổi tùy thuộc tình hình thời tiết và Nhà Cung Cấp những vẫn đảm bảo chất dinh dưỡng cho học sinh