



THỰC ĐƠN HỌC SINH

Tuần 01 tháng 01/2021

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ sáu
	04/01/2021	05/01/2021	06/01/2021	07/01/2021	08/01/2021
Ăn trưa	Cá chiên sốt chua ngọt	Ba chỉ quay sốt Hoisin	Phở Bò	Gà chiên nước mắm	Cơm chiên Singapore
	Thịt xào su su, cà rốt	Gà xào đậu rồng	Giá, rau thơm	Đậu phụ om hải sản	Bò xào khoai tây
	Cải thảo luộc	Bắp cải luộc		Cải chíp chân gừng	Súp lơ hấp mềm
	Canh lêgim hầm xương	Canh cải xanh giò sống		Canh bầu thịt băm	Canh chua tôm
	Cơm trắng	Cơm trắng	Bánh phở tươi	Cơm trắng	
	Dưa hấu	Quýt đường	Dưa hấu	Cam vàng	Đu đủ chín
Ăn nhẹ	Phô mai que Sữa chua Probi	Bánh bao trứng cắt Sữa chua Yakult	Xôi thập cẩm	Bánh bông lan Nước ép trái cây	Lê Hàn Quốc Sữa tươi TH



THỰC ĐƠN HỌC SINH Tuần 02 tháng 01/2021

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	11/01/2021	12/01/2021	13/01/2021	14/01/2021	15/01/2021
Ăn trưa	Cá basa file rim tiêu	Tôm sốt Tứ Xuyên	Cơm tấm sườn nướng	Đùi gà quay hầm sen nấm	Bò kho bánh mì
	Thịt xào đậu đũa	Gà xào mướp hương	Chả trứng chưng	Tôm xào su hào	Khoai tây sốt kem bò lò
	Cải ngọt chần gừng	Bầu luộc	Cà chua, dưa leo	Cải thảo cà rốt luộc	Salad trộn sốt mè rang
	Canh thơm nấu thịt bò	Canh bí đỏ thịt băm	Canh chua cá	Canh salad xoong thịt băm	Súp miso
	Cơm trắng	Cơm trắng		Cơm trắng	Bánh mì
	Cam vàng	Xoài cát	Kem Vinamilk	Chuối	Dưa hấu
Ăn nhẹ	Hamburger Gà Sữa chua Probi	Bánh flan	Mì xào bò Sữa chua Yakult	Bánh phô mai mặn Nước ép trái cây	Pizza tôm Sữa chua Probi

THỰC ĐƠN HỌC SINH

Tuần 03 tháng 01/2021

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	18/01/2021	19/01/2021	20/01/2021	21/01/2021	22/01/2021
Ăn trưa	Gà cuộn lá nếp nướng	Nạc dăm kho quéo	Phở bò viên	Mực chiên bơ tỏi	Cá chiên giềng sóc muối tiêu
	Bò xào đậu quả	Gà xào đậu rồng	Rau thơm, giá	Đậu hũ sốt Tứ Xuyên	Trứng hấp thịt nấm
	Bắp cải luộc	Rau muống luộc		Cải ngọt chân gừng	Bí đỏ xào tỏi
	Canh giá hẹ, đậu hũ non thịt băm	Canh cải thảo nấu tôm		Canh chua nghêu	Canh bí xanh nấu gà
	Cơm trắng	Cơm trắng	Bánh phở	Cơm trắng	Cơm trắng
	Thanh long	Dưa hấu	Yaourt trái cây	Dưa hời	Đu đủ chín
Ăn nhẹ	Ngũ cốc dinh dưỡng Sữa tươi	Brioche chocolate Nước ép trái cây	Xôi thịt xá xíu	Sandwich gà Sữa chua Yakult	Nho Mỹ Sữa tươi



THỰC ĐƠN HỌC SINH Tuần 04 tháng 01/2021

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	25/01/2021	26/01/2021	27/01/2021	28/01/2021	29/01/2021
Ăn trưa	Thịt kho củ cải	Bò Tân Tiến	Cơm chiên Dương châu	Cá file sốt chanh dây	Gà chiên lác phomai kiểu Ý
	Bò xào su su	Cá xào hành hoa cà chua	Nem rán	Thăn heo xào bầu	Khoai tây bỏ lò kiểu Pháp
	Cải thảo luộc	Bí xanh hấp mềm	Cà chua, dưa leo	Bắp cải luộc	Salad rau trộn xốt mè rang
	Canh khoai mỡ nấu tôm	Canh cải chua thịt băm	Canh súp hàm xương	Canh chua rau muống	Súp kem bi đỏ
	Cơm trắng	Cơm trắng		Cơm trắng	Cơm trắng
	Dưa hấu	Thanh long	Yaourt dâu	Xoài cát	Chuối
Ăn nhẹ	Bánh bao hấp Sữa chua Probi	Cháo gà rau xanh	Hamburger bò Sữa chua Probi	Bánh bông lan Nước ép trái cây	Pizza hải sản Sữa chua Yakult