



## THỰC ĐƠN HỌC SINH TRUNG HỌC VINSCHOOL (Tham khảo)

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
ĂN TRƯA	Gà chiên mắm	Sườn xốt chua ngọt	Bún bò Nam bộ	Mực chiên xù	Vịt quay sốt Hoisin
	Tôm xào đậu cove	Chả trứng	Rau sống	Đậu phụ sốt thịt nấm	Bông cải xào thịt heo
	Bầu luộc, muối mè	Bắp cải, cà rốt luộc		Salad thập cẩm	Bí xanh hấp mềm
	Canh khoai mỡ thịt băm	Canh cải thìa nấu tôm tươi		Canh rong biển nấu thịt	Canh lagim nấu thịt băm
	Cơm trắng	Cơm trắng	Bún tươi sợi lớn	Cơm trắng	Cơm trắng
	Quýt	Dưa lưới	Sữa chua	Dưa hấu	Chuối
ĂN NHÉ CHIỀU	Bánh donut	Xíu mại hấp	Mì xào gà	Pizza Hawaii	Bánh nhân đậu xanh trứng
		Sữa Probi			Sữa yakult

Thực đơn có thể được điều chỉnh tùy theo tình hình thực tế nhưng không làm ảnh hưởng đến hàm lượng dinh dưỡng của học sinh.