# **http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcS0RximAPA2sxjT4Ai28LbOmynnToT9e0I7_IxOyJhUqQLZGKmHhttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQw_p3qKsDWi3I-mO_VL9f5uQ8rf3yy_eP8RQRdgSQ5zFNV5q5e0ghttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRQDEYuP3pCl17OexroEhPq-Eecp0E0yGdcdXVZ3cz7BfiRyUcT-aRwOSRmNghttp://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTfk8Fsrw6b843bTJ0oyPUurKpxv7w7ep_ZwBaEfP05bZX6Rdqj THỰC ĐƠN TUẦN I TỪ NGÀY 31/10-04/11/2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **THỜI GIAN** | **PHỤ SÁNG** | **TRƯA** | **TRÁNG MIỆNG** | **XẾ** |
| Thứ hai  31/10/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Tần Ô nấu cá that lát  Mặn: Xíu mại tôm thịt, trứng sốt cà chua  Xào: Cải thìa xào tôm thịt  SDD: Pho mai  DC-BP: Cà rốt luộc | Bánh quy | Cháo thịt bò hạt sen  Yakult |
| Thứ ba  1/11/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Mồng tơi nấu tôm tươi thịt heo  Mặn: Gà sốt chua ngọt  Xào: Mướp nấm bào ngư xào thịt heo  SDD: Ván Sữa  DC-BP: Củ quả luộc | Rau câu sữa dừa | Mì trứng hải sản  yaourt |
| Thứ tư  2/11/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Rau đay mướp nấu cua đồng  Mặn: Chả trứng tam sắc  Xào: Bầu xào tôm  SDD: Sữa Nuti  DC-BP: Củ quả luộc | Dưa hấu | Phở bò giá đậu  Nước cam |
| Thứ năm  3/11/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Rau muống cà chua nấu thịt  Mặn: Chả cá hấp thịt rim dầu mè  Xào: Đậu cô ve xào thịt bò  SDD: Pho mai  DC-BP: Bí đỏ luộc | Yaourt | Mì Ý sốt bò bằm  Nước tắc đường phèn |
| Thứ sáu  4/11/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Mây hồng tứ sắc  Mặn: Bò hầm củ quả nước dừa  Xào: Mướp giá xào tôm thịt  SDD: Sữa Nuti  DC-BP: Rau xào | Nho Mỹ | Bún tôm thịt cà chua  Nước chanh |

# **http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcS0RximAPA2sxjT4Ai28LbOmynnToT9e0I7_IxOyJhUqQLZGKmHhttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQw_p3qKsDWi3I-mO_VL9f5uQ8rf3yy_eP8RQRdgSQ5zFNV5q5e0ghttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRQDEYuP3pCl17OexroEhPq-Eecp0E0yGdcdXVZ3cz7BfiRyUcT-aRwOSRmNghttp://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTfk8Fsrw6b843bTJ0oyPUurKpxv7w7ep_ZwBaEfP05bZX6Rdqj THỰC ĐƠN TUẦN II TỪ NGÀY 07-11/11/2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **THỜI GIAN** | **PHỤ SÁNG** | **TRƯA** | **TRÁNG MIỆNG** | **XẾ** |
| Thứ hai  07/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Dền đỏ nấu thịt bằm  Mặn: Thịt heo nấu củ quả dầu gấc  Xào: Đậu côve xào thịt cà rốt  SDD: Pho mai  DC-BP: Rau xào | Bánh ngọt | Cháo gà cà rốt  Yakult |
| Thứ ba  08/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Cải nhúng nấu tôm thịt  Mặn: Gà hầm đậu trắng nước dừa  Xào: Su su cà rốt xào tôm thịt  SDD: Pho mai  DC-BP: Bí đỏ luộc | Ổi | Bánh canh cá lóc  Yaourt |
| Thứ tư  09/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Bí đỏ nấu sườn  Mặn: Thịt heo kho trứng vịt sốt cà chua  Xào: Cải ngọt xào tôm thịt  SDD: Sữa Nuti  DC-BP: Củ quả luộc | Đu đủ | Phở bò rau sà lách  Nước chanh |
| Thứ năm  10/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Cải thìa nấu tôm thịt  Mặn: Cá basa chiên sốt dầu hào  Xào: Bí đỏ xào tôm thịt  SDD: Ván Sữa  DC-BP: Củ quả luộc | Sữa chua cam | Hủ tíu bò kho giá đậu  Nước tắc đường phèn |
| Thứ sáu  11/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Khoai mỡ nấu tôm khô  Mặn: Cá viên chiên sốt chua ngọt  Xào: Bí xanh xào tôm thịt  SDD: Sữa Nuti  DC-BP: Bí xanh luộc | Dưa hấu | Miến thịt bằm  Nước chanh dây |

# **http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcS0RximAPA2sxjT4Ai28LbOmynnToT9e0I7_IxOyJhUqQLZGKmHhttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQw_p3qKsDWi3I-mO_VL9f5uQ8rf3yy_eP8RQRdgSQ5zFNV5q5e0ghttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRQDEYuP3pCl17OexroEhPq-Eecp0E0yGdcdXVZ3cz7BfiRyUcT-aRwOSRmNghttp://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTfk8Fsrw6b843bTJ0oyPUurKpxv7w7ep_ZwBaEfP05bZX6Rdqj THỰC ĐƠN TUẦN III TỪ NGÀY 14-18/11/2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **THỜI GIAN** | **PHỤ SÁNG** | **TRƯA** | **TRÁNG MIỆNG** | **XẾ** |
| Thứ hai  14/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Bầu nấu tôm thịt  Mặn: Thịt heo sốt nấm, đậu cà chua  Xào: Bắp cải, cà rốt xào thịt bằm  SDD: Pho mai  DC-BP: Rau xào | Bánh xốp | - Cháo gà đậu xanh  - Nước chanh dây |
| Thứ ba  15/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Khoai tây cà rốt thịt bò  Mặn: Cá điêu hồng chiên sốt cà chua  Xào: Bí xanh xào tôm thịt  SDD: Sữa Nuti  DC-BP: Cà chua trộn | Thanh long | * Bún riêu tôm thịt trứng gà cà chua * Nước tắc củ dền |
| Thứ tư  16/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Cải ngọt nấu thịt  Mặn:Trứng thịt chiên hành lá  Xào: Đậu cô ve xào cà rốt thịt bò  SDD: Sữa Nuti  DC-BP: Bí xanh luộc | Ổi | - Mì trứng nấu thịt bò cà rốt   * Yaourt |
| Thứ năm  17/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Cà chua đậu hũ giá hẹ  Mặn: Bò xào rau củ  Xào: Cải bắp xào cà rốt thịt bằm  SDD: Yaourt  DC-BP: Rau xào | Chuối cau | * Hủ tíu bò viên giá đậu * Nước tắc mật ong |
| Thứ sáu  18/11/2022 | Sữa Findkosts | **Tiệc Buffer:** - Súp măng cua – Khoai tây chiên lắc bơ – Bánh phồng tôm – Gà chip tương cà – Bánh mì que – Xiên que - Yakult – Dưa hấu. |  |  |

# **http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcS0RximAPA2sxjT4Ai28LbOmynnToT9e0I7_IxOyJhUqQLZGKmHhttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQw_p3qKsDWi3I-mO_VL9f5uQ8rf3yy_eP8RQRdgSQ5zFNV5q5e0ghttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRQDEYuP3pCl17OexroEhPq-Eecp0E0yGdcdXVZ3cz7BfiRyUcT-aRwOSRmNghttp://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTfk8Fsrw6b843bTJ0oyPUurKpxv7w7ep_ZwBaEfP05bZX6Rdqj THỰC ĐƠN TUẦN IV NGÀY 21-25/11/2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **THỜI GIAN** | **PHỤ SÁNG** | **TRƯA** | **TRÁNG MIỆNG** | **XẾ** |
| Thứ hai  21/11/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Rau đay nấu tôm khô  Mặn: Thịt xá xíu  Xào: Bầu xào trứng gà  DC-BP: Bí xanh luộc  SDD: Váng sữa | Bánh ngọt | * Cháo thịt khoai tây cà rốt * Yakult |
| Thứ ba  22/11/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Cải nhúng nấu tôm thịt  Mặn: Thịt gà kho ngọt  Xào: Su su – cà rốt xào thịt heo  DC-BP: Cà rôt luộc  SDD: Pho mai | Ổi | * Miến gà chả quế * Nước chanh dây |
| Thứ tư  23/11/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Củ quả hầm xương  Mặn: Tôm sốt đậu hũ  Xào: Đậu côve cà rốt xào thịt bằm  DC-BP: Canh rau  SDD: Sữa Nuti | Dưa hấu | * Mì Quảng nấu ếch * Yaourt |
| Thứ năm  24/11/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Cải thìa nấu tôm thịt  Mặn: Cá diêu hồng kho thơm cà chua  Xào: Mướp giá xào thịt bằm  DC-BP: Rau xào  SDD: Pho mai | Bánh Flan | * Bánh canh thịt nấu củ quả * Nước tắc củ dền |
| Thứ sáu  25/11/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Bí đỏ nấu tôm thịt  Mặn: Chả cá hấp thịt heo rim dầu mè  Xào: Cải thảo xào tôm tươi  DC-BP: Bầu luộc  SDD: Ván sữa | Thanh long | * Xôi đậu xanh * Nước chanh dây |