# **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 hai31/10/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Tần Ô nấu cá that látMặn: Xíu mại tôm thịt, trứng sốt cà chuaXào: Cải thìa xào tôm thịtSDD: Pho maiDC-BP: Cà rốt luộc | Bánh quy | Cháo thịt bò hạt senYakult |
| Thứ ba1/11/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Mồng tơi nấu tôm tươi thịt heoMặn: Gà sốt chua ngọt Xào: Mướp nấm bào ngư xào thịt heoSDD: Ván SữaDC-BP: Củ quả luộc | Rau câu sữa dừa | Mì trứng hải sảnyaourt |
| Thứ tư2/11/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Rau đay mướp nấu cua đồngMặn: Chả trứng tam sắcXào: Bầu xào tômSDD: Sữa NutiDC-BP: Củ quả luộc | Dưa hấu | Phở bò giá đậuNước cam |
| Thứ năm3/11/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Rau muống cà chua nấu thịtMặn: Chả cá hấp thịt rim dầu mèXào: Đậu cô ve xào thịt bòSDD: Pho maiDC-BP: Bí đỏ luộc | Yaourt  | Mì Ý sốt bò bằmNước tắc đường phèn |
| Thứ sáu4/11/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Mây hồng tứ sắcMặn: Bò hầm củ quả nước dừaXào: Mướp giá xào tôm thịtSDD: Sữa NutiDC-BP: Rau xào | Nho Mỹ | Bún tôm thịt cà chuaNước 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 hai07/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Dền đỏ nấu thịt bằmMặn: Thịt heo nấu củ quả dầu gấcXào: Đậu côve xào thịt cà rốtSDD: Pho maiDC-BP: Rau xào | Bánh ngọt | Cháo gà cà rốtYakult |
| Thứ ba08/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Cải nhúng nấu tôm thịtMặn: Gà hầm đậu trắng nước dừaXào: Su su cà rốt xào tôm thịtSDD: Pho maiDC-BP: Bí đỏ luộc | Ổi | Bánh canh cá lócYaourt |
| Thứ tư09/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Bí đỏ nấu sườnMặn: Thịt heo kho trứng vịt sốt cà chuaXào: Cải ngọt xào tôm thịtSDD: Sữa NutiDC-BP: Củ quả luộc | Đu đủ | Phở bò rau sà láchNước chanh  |
| Thứ năm10/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Cải thìa nấu tôm thịtMặn: Cá basa chiên sốt dầu hào Xào: Bí đỏ xào tôm thịtSDD: Ván SữaDC-BP: Củ quả luộc | Sữa chua cam | Hủ tíu bò kho giá đậu Nước tắc đường phèn |
| Thứ sáu11/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Khoai mỡ nấu tôm khôMặn: Cá viên chiên sốt chua ngọtXào: Bí xanh xào tôm thịtSDD: Sữa NutiDC-BP: Bí xanh luộc | Dưa hấu | Miến thịt bằmNước 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 hai14/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Bầu nấu tôm thịtMặn: Thịt heo sốt nấm, đậu cà chuaXào: Bắp cải, cà rốt xào thịt bằmSDD: Pho maiDC-BP: Rau xào | Bánh xốp | - Cháo gà đậu xanh- Nước chanh dây |
| Thứ ba15/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Khoai tây cà rốt thịt bòMặn: Cá điêu hồng chiên sốt cà chuaXào: Bí xanh xào tôm thịtSDD: Sữa NutiDC-BP: Cà chua trộn | Thanh long | * Bún riêu tôm thịt trứng gà cà chua
* Nước tắc củ dền
 |
| Thứ tư16/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Cải ngọt nấu thịtMặn:Trứng thịt chiên hành láXào: Đậu cô ve xào cà rốt thịt bòSDD: Sữa NutiDC-BP: Bí xanh luộc | Ổi | - Mì trứng nấu thịt bò cà rốt* Yaourt
 |
| Thứ năm17/11/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Cà chua đậu hũ giá hẹMặn: Bò xào rau củXào: Cải bắp xào cà rốt thịt bằmSDD: YaourtDC-BP: Rau xào | Chuối cau | * Hủ tíu bò viên giá đậu
* Nước tắc mật ong
 |
| Thứ sáu18/11/2022 | 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 hai21/11/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Rau đay nấu tôm khôMặn: Thịt xá xíuXào: Bầu xào trứng gàDC-BP: Bí xanh luộcSDD: Váng sữa | Bánh ngọt | * Cháo thịt khoai tây cà rốt
* Yakult
 |
| Thứ ba22/11/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Cải nhúng nấu tôm thịtMặn: Thịt gà kho ngọtXào: Su su – cà rốt xào thịt heoDC-BP: Cà rôt luộcSDD: Pho mai | Ổi | * Miến gà chả quế
* Nước chanh dây
 |
| Thứ tư23/11/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Củ quả hầm xươngMặn: Tôm sốt đậu hũXào: Đậu côve cà rốt xào thịt bằmDC-BP: Canh rauSDD: Sữa Nuti | Dưa hấu | * Mì Quảng nấu ếch
* Yaourt
 |
| Thứ năm24/11/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Cải thìa nấu tôm thịtMặn: Cá diêu hồng kho thơm cà chuaXào: Mướp giá xào thịt bằmDC-BP: Rau xàoSDD: Pho mai | Bánh Flan | * Bánh canh thịt nấu củ quả
* Nước tắc củ dền
 |
| Thứ sáu25/11/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Bí đỏ nấu tôm thịtMặn: Chả cá hấp thịt heo rim dầu mèXào: Cải thảo xào tôm tươiDC-BP: Bầu luộcSDD: Ván sữa | Thanh long | * Xôi đậu xanh
* Nước chanh dây
 |