

Thực đơn tuần 4 - Tháng 11

20/11/2023 -24/11/2023

Thứ ngày	Ăn sáng	Ăn trưa		Ăn xế	SDD	DC-BP
		Mặn	Canh			
Thứ 2 (20/11)	Sữa Metacare Ngũ cốc Bakalland Nước ép cam	Mì quảng tôm thịt, củ cải, cà rốt, sà lách, giá, hành ngò Yaout		Hủ tiếu bò kho, cà rốt, hành tây, giá, rau thơm Sữa Metacare	Sữa Metacare	
Thứ 3 (21/11)	Sữa Metacare Bún bò Huế (Sả cây, thơm, hành tây, mắm ruốc, củ cải)	Cà ri gà khoai lang, khoai tây, dừa, sả, cà rốt, gia vị cà ri	Canh cải ngọt nấu tôm Yaout	Nui thịt cà rốt, su su, củ cải Nước chanh dây	Sữa Metacare	Bắp cải luộc
Thứ 4 (22/11)	Sữa Metacare Hủ tiếu nam vang tôm, giá hẹ, cần tây	Trứng thịt chiên sốt cà chua, khoai	Canh bí đỏ nấu mọc, rau om, ngò gai Yaout	Miến gà, cà rốt, củ cải, rau răm, Bánh flan	Sữa Metacare	Bầu luộc
Thứ 5 (23/11)	Sữa Metacare Soup cua, trứng, bí đỏ, hành ngò.	Cá điêu hồng chung tương, cà chua, nấm mèo, hành	Canh mây trứng, thịt, đậu hũ, cà chua, hẹ Yaout	Bánh canh tôm, củ cải, cà rốt, hành ngò Chuối cau	Sữa Metacare	Khoai tây, cà rốt luộc
Thứ 6 (24/11)	Sữa Metacare Phở bò giá, húng quế, hành tây, củ cải, hành ngò, rau ngò gai	Lagu xúc xích, cà rốt, khoai tây, su su, nấm, gia vị	Canh cá lóc nấu bầu Yaout	Sữa Metacare Bánh bông lan Miến tôm thịt, cà rốt, củ cải	Sữa Metacare	Cải ngọt luộc