**THỰC ĐƠN**

**TỪ 18/9/2023 ĐẾN 22/9/2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BUỔI**    **THỨ**  **NGÀY** | **SÁNG** | **TRƯA** | **CHIỀU** | **DƯ CÂN, BÉO**  **PHÌ** | **SUY DINH DƯỠNG** |
| **THỨ HAI**  18/9/2023 | Sữa: Grow plus  Sữa: Sữa tươi Vinamilk (DCBP)  Bánh mì sanwich trứng chiên  Súp tôm tươi thịt heo (NT) | Canh: Cải ngọt nấu tôm khô  Mặn: Thịt heo rim nước dừa  Xào: Rau muống xào tỏi  TM: Lê đường | Mì thịt bò, bò viên, rau sà lách, ngò gai, quế, giá, cà rốt.  Sữa: Grow plus | Rau muống luộc | Sữa Yakult |
| **THỨ BA**  19/9/2023 | Sữa: Grow plus  Sữa: Sữa tươi Vinamilk (DCBP)  Nui sò nấu tôm tươi cà rốt | Canh: Bí xanh sà lách soon nấu tôm thịt  Mặn: Sườn non sốt chua ngọt (MG)  Thịt kho tiêu (NT)  Xào: Cải thìa xào nấm đông cô  TM: Thanh Long | Cháo thịt gà cà rốt đậu xanh  Sinh tố dâu | Cải thìa luộc | Phô mai |
| **THỨ TƯ**  20/9/2023 | Sữa: Grow plus  Sữa: Sữa tươi Vinamilk (DCBP)  Phở bò | Canh: Rau dền, mướp, mồng tơi, cua đồng, tôm khô.  Mặn: Cá lóc chiên sả ( MG)  Thịt bát trứng cà chua( NT)  Đậu cove luộc  TM: Chuối cau | Bún gạo hải sản( rau sà lách, giá hẹ, cần tây.  Sữa: Grow plus | Đậu cove luộc | Sữa Yakult |
| **THỨ NĂM**  21/9/2023 | Sữa: Grow plus  Sữa: Sữa tươi Vinamilk (DCBP) Hủ tíu tim, cật heo | Canh: Đu đủ cải nhún thịt  Mặn: Gà ram mặn ( MG)  Tàu hủ ky sốt cà ( NT)  Rau, củ luộc + Nước nắm kho quẹt  TM: Nho mỹ | Bánh canh tôm tươi cà rốt, nấm  Sinh tố Sapoche | Bắp cải luộc | Uống thuốc bổ Vitanmin |
| **THỨ SÁU**  22/9/2023 | Sữa: Grow plus  Sữa: Sữa tươi Vinamilk(DCBP)  Súp tóc tiên hải sản | Lagu thịt bò khoai tây, cà rốt, đậu tibo -  Bánh mì  TM: Kem | Bún thang, chả lụa, trứng vịt, cà rốt, giá.  Sữa: Grow plus |  |  |