

THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
Quận 6
Phường 10
MN Rạng Đông 10

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN

Tuần lễ từ ngày 06-03-2023 đến ngày 10-03-2023

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa chính chiều	Bữa phụ chiều
Thứ 2	Hủ tíu cá hồi, thịt heo xay, hành tây Yaourt (YaMi)	Cơm. Canh: Bông cải, cà rốt nấu thịt. DCBP: Su su xào Mặn: Thịt gà rô ti TM: Dừa hấu	Xế: Bánh canh mực, thịt heo xay, cà rốt Sữa Goldsure + CGHL	
Thứ 3	Bún bò huế, thịt heo, cà rốt + Bánh mì lưỡi Sữa Goldsure + NuTiFood	Cơm. Canh: Tần ô nấu cá thác lát, thịt heo xay SDD: Phomai Mặn: Thịt ếch, thịt heo xào lăn, hành tây TM: Nước tắc	Xế: Mì xào thịt heo, cà rốt, bắp cải. Yaourt (YaMi)	
Thứ 4	Phở gà hành tây, thịt heo Yaourt (Ánh hồng)	Cơm. Canh: Bí xanh nấu nấm bào ngư, tôm, thịt DCBP: Bắp cải luộc Mặn: Cá thu, thịt heo sốt pate TM: Đậu đủ	Xế: Hoàn thành bọc thịt, cà rốt Sữa Goldsure + CGHL	
Thứ 5	Nui sao nấu tôm thịt cà rốt Sữa Goldsure + NuTiFood	Cơm. Canh: Cải bó xôi nấu cá diêu hồng, thịt heo xay SDD: Phomai Mặn: Thịt heo, bò hấp khoai môn TM: Nho	Xế: Cháo cá lóc hành tây Yaourt (Ánh Hồng)	
Thứ 6	Súp bắp mỳ thịt heo xay, mực, cà rốt Bánh Flan	Cơm. Canh: Cà chua nấu ngót, cá lóc, thịt heo, cần tây DCBP: Giá hẹ xào. Mặn: Chả trứng, thịt xay, nấm rơm TM: Chuối cau	Xế: Bánh bông lan chà bông Sữa Goldsure + CGHL	

Cấp dưỡng nấu chính: Nguyễn Thị Kim Phượng

Người duyệt thực đơn: Nguyễn Hồ Thiên Nga