**THỰC ĐƠN TUẦN 3 (Từ ngày 15/01/2024 đến ngày 19/01/2024)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thời gian** | **Bữa sáng** | **Bữa trưa** | **Bữa chính chiều** | **Bữa phụ chiều** | **Suy dinh dưỡng** | **Thừa cân béo phì** | **Dị ứng thực phẩm** |
| Hai15/01/2024 | Bánh mặn Tấn MinhSữa Findkost | Cơm trắngMặn: Cá basa kho thơm Canh: Cải bó xôi nấu thịtTráng miệng: Sữa chua Vinamil | Bún khô nấu tôm thịtSữa Findkost | Nước đậu xanh | Phomai | Bí xanh hấpNước chanh | Thịt heo kho thơm |
| Ba16/01/2024 | Phở bòSữa Findkost | Cơm trắngMặn: Gà nấu đậu Canh: Bầu nấu cá thác látTráng miệng: Chuối cau-Kem flan | Hủ tiếu mựcSữa Findkost | Nước đậu đen | Sữa Findkost | Cải dún hấp | Thịt heonấu đậu |
| Tư17/01/2024 | **Bún gạo xào tôm- Soup bắp gà**Sữa Findkost | Cơm trắngMặn: Tôm sốt chua ngọtCanh: Cải thảo nấu thịt Tráng miệng: Sữa chua Vinamil | Mì hải sảnSữa Findkost | Nước đậu đỏ | Trứng cút luộc | Củ sắn hấpNước tắc | Thịt heosốt chua ngọt |
| Năm18/01/2024 | Hoành thánh tôm thịtSữa Findkost | Cơm trắngMặn: Bò nấu pate- Su su xào tômCanh: Chua cá lóc thập cẩm Tráng miệng: Rau câu dừa  | Nui thịt gàSữa Findkost | Nước đậu xanh | Sữa Findkost | Rau muống hấp | Thịt heo nấu pate  |
| Sáu19/01/2024 | Cháo bí đỏ cá hồiSữa Findkost | Cơm trắngMặn: Cải thìa nấu tôm tươiSữa chua uống vị cam | Bánh mặn Hoàng NgọcSữa Findkost | Nước đậu đen | Bánh flan | Đu đủ hấpNước chanhdây | Cỉa thìa nấu thịt heo |

**Cấp dưỡng nấu chính: Vũ Thị Thúy Anh Người duyệt thực đơn: Lê Thị Thu Huyền**