

THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH  
Huyện Hóc Môn  
Xã Xuân Thới Thượng  
MNCL Xuân Thới Thượng

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN  
Tuần lễ từ ngày 14-10-2024 đến ngày 18-10-2024

| Thứ   | Bữa sáng                               | Bữa trưa                                                                                                    | Bữa xế                                   | Bữa phụ                 |
|-------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------|
| Thứ 2 | Bún mọc, thịt, nấm rơm                 | Cơm trắng<br>La gu bò, cà rốt, khoai tây<br>Canh chua cà, giá, bạc hà, đậu bắp<br>cá diêu hồng<br>Chuối cau | Cháo thịt, đậu xanh<br>Sữa               | Yauurt<br>Phô mai       |
| Thứ 3 | Miến hải sản, tôm, mực<br>củ cải trắng | Cơm trắng<br>Thịt ram<br>Rau đay, cua đồng<br>Nho                                                           | Hủ tiếu, thịt, giá, hẹ<br>Sữa            | Bánhflan<br>Bánh sotile |
| Thứ 4 | Bánh mì chà bông<br>Sữa                | Cơm trắng<br>Mực, thịt xào dưa, cà, cần<br>Bí xanh, thịt, tôm khô<br>Nước cam                               | Mì gà tiềm, cà rốt, táo đỏ<br>Sữa        | Yauurt<br>Trứng gà      |
| Thứ 5 | Phở bò, hành tây                       | Cơm trắng<br>Tôm, thịt rim<br>Súp, cà rốt, khoai tây, củ dền, thịt, tôm khô<br>Rau câu                      | Nui, thịt, nấm rơm<br>Sữa                | Bánh flan<br>Phô mai    |
| Thứ 6 | Bánh canh tôm, su hào                  | Cơm trắng<br>Trứng hấp, thịt, cà rốt<br>Cải xanh, cá thác lác<br>Nước sâm                                   | NT: Súp, thịt, bắp hạt<br>Xôi gấc<br>Sữa | Yaourt<br>Bánh Hura     |

Cấp dưỡng nấu chính: Huỳnh Nguyễn Thanh Hằng

Người duyệt thực đơn: Dương Thị Lan

