

THỰC ĐƠN
TUẦN LỄ TỪ 10/3/2025 ĐẾN 14/3/2025

Thứ, ngày	Sáng	Trưa			Xế	Bổ sung TCBP
		Mặn	Canh	Tráng miệng		
Thứ hai 10/3/2025	Bún riêu, thịt heo, cà chua, rau muống Sữa Grow IQ	Món 1: Tôm tươi, thịt heo nấu phở mai, đậu hà lan Món 2: Gà hầm táo tàu, củ năng, cà rốt	Canh cải ngọt nấu thịt heo	Sinh tố mãng cầu	Cháo cá hồi, đậu xanh, dầu gấc Sữa Grow IQ	Bầu luộc
Thứ ba 11/3/2025	Mì trứng, mực, thịt heo, cải lo lo xanh Sữa Grow IQ	Chả cua, thịt heo hấp trứng vịt sốt chua ngọt	Món 1: Canh đu đủ nấu sườn non Món 2: Canh cải thảo nấu tôm khô	Chuối cau	Soup tôm tươi, bắp mỳ, nấm đông cô, trứng gà so, dầu mè Yaourt	Đậu que xào tỏi
Thứ tư 12/3/2025	Lươn, thịt heo xào lăn Bánh mì Sữa Grow IQ	Món 1: Thịt heo kho đậu hũ trắng Món 2: Bò beefsteak (thịt bò, khoai tây chiên, nước tương)	Canh mướp hương, rau dền nấu tôm khô	Nước cam	Bún cà ry tôm, thịt heo, khoai lang bí Bánh plan	Cải ngọt luộc
Thứ năm 13/3/2025	Hủ tiếu nam vang (tôm tươi, gan, thịt heo, rau tần ô) Sữa Grow IQ	Cá thát lát chiên giòn sốt mãng cầu xiêm	Món 1: Canh su hào, cà rốt nấu tôm tươi Món 2: Canh cải xanh nấu mọc	Đu đủ	Mì ý spaghetti (thịt bò băm, tương cà, nấm rom) Yaourt	Củ sắn, cà rốt xào tỏi
Thứ sáu 14/3/2025	Nui nơ nấu thịt heo, trứng cút, cải dớn Sữa Grow IQ	Bún hải sản (tôm tươi, mực, trứng cút, cá diêu hồng, nấm kim châm, cà chua, cải thảo)			Bánh bông lan trứng Sữa Grow IQ	Rau muống xào tỏi

Người lập thực đơn



Nguyễn Thị Kiều Tiên

