

THỰC ĐƠN TUẦN 19 (06/01 – 10/01/2025)

	SÁNG	TRƯA					Suy dinh dưỡng (SDD)/ Thừa cân, béo phì (TC,BP)	XẾ
		Thức ăn chính	MẶN	CANH	XÀO	TRÁNG MIỆNG		
Thứ 2 (06.01)	-Hủ tiếu nam vang -Sữa Findkost's -Sữa chua AH	Cơm	Cá điêu hồng kho thơm	Bí xanh nấu xương gà		Chuối già	SDD: phô mai	-Phở gà -Sữa Findkost's
Thứ 3 (07.01)	-Cháo mực nấu bí đỏ -Sữa Findkost's -Sữa chua AH	Cơm	Thịt bò hấp khoai môn	Cải bó xôi cá thác lát		Rau câu dừa HN	BP: bầu luộc	-Nui nấu tim, cật -Sữa Findkost's
Thứ 4 (08.01)	-Miến nấu tôm -Sữa Findkost's -Sữa chua AH	Cơm	Thịt vịt nấu nấm rơm, thơm	Canh chua rau muống cá hủ		Nước tắc		-Mì Ý nấu sò điệp -Sữa Findkost's
Thứ 5 (09.01)	-Súp hải sản, nấm tuyết -Sữa Findkost's -Sữa chua AH	Cơm	Cà ri ếch	Khoai tây, cà rốt hầm xương heo	Su su xào thịt bò	Pudding xoài HP		-Hoành thánh nấu thịt băm -Sữa Findkost's
Thứ 6 (10.01)	-Lẩu thái -Sữa Findkost's -Sữa chua AH	Cơm	Chả mực	Rau mồng tơi nấu hến		Chuối cau		-Bánh bông lan chà bông HP -Sữa Findkost's