

THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
Quận 10
Phường 3
MN Phường 3

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN

Tuần lễ từ ngày 17-10-2022 đến ngày 22-10-2022

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa chính chiều	Bữa phụ chiều
Thứ 2	BÁNH CHÀ BÔNG KẸP(C+L) CHÁO SƯỜN(M + NT) SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: BÍ XANH NẤU THỊT Mặn: CÁ THU KHO + PHÔMAI (SDD) Tráng miệng: YAOURT	NƯỚC CHANH NUI THỊT CÚ DẼN	
Thứ 3	HỦ TÍU BÒ KHO SỮA ELLAC GROW (MG) SỮA ELLAC MULTI (NT)	Canh: CẢI THẢO NẤU THỊT Mặn: THỊT HẦM NGŨ SẮC BÍ LUỘC (TCBP) Tráng miệng: THANH LONG	NƯỚC CHANH DÂY LAGU GÀ + BÁNH MÌ	
Thứ 4	BÁNH CANH SƯỜN(C+L) BÁNH CANH THỊT (M+NT) SỮA ELLAC GROW (MG) SỮA ELLAC MULTI (NT)	Canh: MỒNG TƠI NẤU THỊT Mặn: CÁ LÓC CHIÊN SỐT ME (C+L) CÁ LÓC KHO ME (M+NT) TRỨNG GÀ LUỘC (SDD) Tráng miệng: DỪA HẤU	NƯỚC SÂM CHÁO TÔM THỊT KHOAI TÂY CÀ RỐT	
Thứ 5	BÚN MỘC SỮA ELLAC GROW (MG) SỮA ELLAC MULTI (NT)	Canh: BẮP CẢI NẤU THỊT Mặn: THỊT KHO NƯỚC TƯƠNG SU SU XÀO (TCBP) Tráng miệng: BÁNH FLAN	NƯỚC TẮC HỦ TÍU TÔM CẢI NGỌT	
Thứ 6	SOUP THỊT CUA SỮA ELLAC GROW (MG) SỮA ELLAC MULTI (NT)	Canh: SALAD SƠN NẤU THỊT Mặn: CÁ DIÊU HỒNG SỐT THƠM BÁNH FLAN (SDD) Tráng miệng: YAOURT	NƯỚC CAM MÌ THỊT	

Cấp dưỡng nấu chính:

Người duyệt thực đơn: