

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

## THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN

Tuần lễ từ ngày 26-12-2022 đến ngày 31-12-2022

| Thứ   | Bữa sáng                                                                                     | Bữa trưa                                                                                               | Bữa chính chiều                       | Bữa phụ chiều |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------|
| Thứ 2 | BÁNH MÌ CHÀ BÔNG THỊT (C+L)<br>CHÁO SƯỜN (M+NT)<br>SỮA ELLAC GROW(MG)<br>SỮA ELLAC MULTI(NT) | Canh: CẢI NHÚNG NẤU THỊT<br>Mặn: CÁ THU SỐT THƠM<br>BÁNH FLAN (SDD)<br>Tráng miệng: ĐU ĐỦ              | NƯỚC TẮC<br>PHỞ GÀ                    |               |
| Thứ 3 | BÚN MỌC<br>SỮA ELLAC GROW(MG)<br>SỮA ELLAC MULTI(NT)                                         | Canh: KHOAI MỠ NẤU TÔM<br>Mặn: THỊT HẦM NGŨ SẮC<br>BÍ LƯỢC (TCBP)<br>Tráng miệng: YAOURT               | NƯỚC CHANH<br>MÌ NẤU THỊT             |               |
| Thứ 4 | SOUP THỊT CUA NẤM<br>SỮA ELLAC GROW(MG)<br>SỮA ELLAC MULTI(NT)                               | Canh: RAU DỀN NẤU THỊT<br>Mặn: CÁ DIÊU HỒNG SỐT CAM<br>YAOURT CAM(SDD)<br>Tráng miệng: BÁNH FLAN       | NƯỚC SÂM<br>NUI NẤU THỊT              |               |
| Thứ 5 | HỦ TÍU TÔM MỰC<br>SỮA ELLAC GROW(MG)<br>SỮA ELLAC MULTI(NT)                                  | Canh: MỒNG TƠI NẤU TÔM<br>Mặn: SƯỜN NON RAM (C+L)<br>THỊT KHO ĐẬU HỦ (M+NT)<br>Tráng miệng: THANH LONG | NƯỚC CHANH DÂY<br>CHÁO THỊT KHOAI TÂY |               |
| Thứ 6 | PHỞ BÒ RAU THƠM<br>SỮA ELLAC GROW(MG)<br>SỮA ELLAC MULTI(NT)                                 | Canh: CẢI NGỌT NẤU THỊT<br>Mặn: CÁ LÓC SỐT NƯỚC TƯƠNG<br>PHÔMAI(SDD)                                   | CHÈ ĐẬU XANH<br>HOÀNH THÁNH THỊT      |               |

Cấp dưỡng nấu chính: .....

Người duyệt thực đơn: .....