

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

## THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN

Tuần lễ từ ngày 15-08-2022 đến ngày 20-08-2022

| Thứ   | Bữa sáng                                                                     | Bữa trưa                                                                       | Bữa chính chiều                         | Bữa phụ chiều |
|-------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------|
| Thứ 2 | BÚN GẠO TÔM THỊT CẢI NGỌT<br>SỮA ELLAC GROW (MG)<br>SỮA ELLAC MULTI (NT)     | Canh: CÀ CHUA TRỨNG<br>Mặn: CÁ LÓC KHO<br>Tráng miệng: YAOURT                  | NƯỚC CHANH<br>BÚN BÒ HUẾ                |               |
| Thứ 3 | MIẾN GÀ SALAD<br>SỮA ELLAC GROW (MG)<br>SỮA ELLAC MULTI (NT)                 | Canh: KHOAI MỠ NẤU THỊT<br>Mặn: XÍU MẠI<br>Tráng miệng: DỪA HẦU                | NƯỚC TẮC<br>CHÁO THỊT CÀ RỐT            |               |
| Thứ 4 | HOÀNH THÁNH TÔM THỊT CẢI THÌA<br>SỮA ELLAC GROW (MG)<br>SỮA ELLAC MULTI (NT) | Canh: BẦU NẤU TÔM<br>Mặn: BÒ SỐT BATE<br>Tráng miệng: CHUỐI SỨ                 | NƯỚC CAM<br>BÁNH CANH TÔM THỊT CẢI THẢO |               |
| Thứ 5 | MÌ TÔM THỊT CẢI NHÚNG<br>SỮA ELLAC GROW (MG)<br>SỮA ELLAC MULTI (NT)         | Canh: CẢI BÓ XÔI NẤU THỊT<br>Mặn: CÁ THU SỐT NƯỚC TƯƠNG<br>Tráng miệng: YAOURT | NƯỚC TẮC<br>PHỞ BÒ RAU THƠM             |               |
| Thứ 6 | SUOP CUA THỊT TRỨNG NẤM<br>SỮA ELLAC GROW (MG)<br>SỮA ELLAC MULTI (NT)       | Canh: BÍ ĐỎ NẤU THỊT<br>Mặn: TÔM SỐT BƠ TỎI<br>Tráng miệng: ĐU ĐỦ              | NƯỚC CHANH DÂY<br>BÚN MỘC               |               |

Cấp dưỡng nấu chính: .....

Người duyệt thực đơn: .....