

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

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN
Tuần lễ từ ngày 13-02-2023 đến ngày 18-02-2023

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa chính chiều	Bữa phụ chiều
Thứ 2	PHỞ BÒ RAU THƠM SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: RAU DẪN NẤU THỊT Mặn: CÁ ĐIỀU HỒNG SỐT DẦU HÀO BÁNH FLAN(SDD) Tráng miệng: ĐU ĐỦ	NƯỚC CHANH NUI THỊT CÀ RỐT	
Thứ 3	BÁNH BÔNG LAN LY CHÀ BÔNG TRỨNG MUỐI(C+L) CHÁO SƯỜN(M+NT) SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: KHOAI MỠ NẤU THỊT Mặn: BÒ SỐT PATÊ ĐẬU CÔVE(TCBP) Tráng miệng: YAOURT	NƯỚC TẮC MÌ THỊT CẢI THÌA	
Thứ 4	SOUP THỊT CUA CÀ RỐT SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: CẢI THẢO NẤU THỊT Mặn: CÁ CHẾM SỐT CÀ PHÔMAI(SDD) Tráng miệng: DƯA HẤU	NƯỚC CHANH DÂY CANH BÚN	
Thứ 5	MÌ TÔM MỰC SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: CẢI NGỌT NẤU THỊT Mặn: LAGU SƯỜN HEO (C+L) SU SU XÀO TỎI(TCBP) THỊT KHO ĐẬU HŨ (M+NT) Tráng miệng: CHUỐI CAU	NƯỚC CHANH HỦ TÍU TÔM	
Thứ 6	HOÀNH THÁNH TÔM THỊT SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: BÍ ĐỎ NẤU TÔM THỊT Mặn: CÁ LÓC KHO HÀNH BÁNH FLAN(SDD) Tráng miệng: YAOURT	NƯỚC TẮC CHÁO GÀ ĐẬU XANH	

Cấp dưỡng nấu chính:

Người duyệt thực đơn: