# **http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcS0RximAPA2sxjT4Ai28LbOmynnToT9e0I7_IxOyJhUqQLZGKmHhttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQw_p3qKsDWi3I-mO_VL9f5uQ8rf3yy_eP8RQRdgSQ5zFNV5q5e0ghttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRQDEYuP3pCl17OexroEhPq-Eecp0E0yGdcdXVZ3cz7BfiRyUcT-aRwOSRmNghttp://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTfk8Fsrw6b843bTJ0oyPUurKpxv7w7ep_ZwBaEfP05bZX6Rdqj THỰC ĐƠN TUẦN I TỪ NGÀY 05-09/9/2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **THỜI GIAN** | **PHỤ SÁNG** | **TRƯA** | **TRÁNG MIỆNG** | **XẾ** |
| Thứ hai  05/9/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Bí xanh nấu tôm thịt  Mặn: Xíu mại tôm thịt, trứng sốt cà chua | Bánh men | Cháo thịt đậu xanh  Nước chanh |
| Thứ ba  06/9/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Mồng tơi nấu tôm tươi thịt heo  Mặn: Gà hầm đậu trắng nước dừa | Dưa hấu | Hủ tiếu nấu tôm thịt cà chua  Nước chanh dây |
| Thứ tư  07/9/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Rau đay mướp nấu cua đồng  Mặn: Trứng thịt sốt cà chua | Thanh long | Phở bò giá đậu  Nước cam |
| Thứ năm  08/9/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Cải thảo nấu tôm thịt  Mặn: Chả cá hấp thịt heo rim dầu mè | Bánh Flan | Nui nấu tôm thịt cà chua  Nước tắc đường phèn |
| Thứ sáu  09/9/2022 | Sữa Findkosts | Canh: Cà chua, đậu trắng giá hẹ  Mặn: Bò hầm củ quả nước dừa | Ổi | Mì trứng nấu bò cà rốt  Nước chanh |

# **http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcS0RximAPA2sxjT4Ai28LbOmynnToT9e0I7_IxOyJhUqQLZGKmHhttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQw_p3qKsDWi3I-mO_VL9f5uQ8rf3yy_eP8RQRdgSQ5zFNV5q5e0ghttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRQDEYuP3pCl17OexroEhPq-Eecp0E0yGdcdXVZ3cz7BfiRyUcT-aRwOSRmNghttp://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTfk8Fsrw6b843bTJ0oyPUurKpxv7w7ep_ZwBaEfP05bZX6Rdqj THỰC ĐƠN TUẦN II TỪ NGÀY 12-16/9/2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **THỜI GIAN** | **PHỤ SÁNG** | **TRƯA** | **TRÁNG MIỆNG** | **XẾ** |
| Thứ hai  12/9/2022 | Sữa Findkost | Canh: Bí đỏ nấu tôm thịt  Mặn: Chả cá hấp thịt heo rim dầu mè | Bánh quy | Cháo tim, thịt khoai tây cà rốt  Yakul |
| Thứ ba  13/9/2022 | Sữa Findkost | Canh: Cải thìa nấu tôm thịt  Mặn: Cá basa chiên sốt cà chua thơm  Xào: Bí xanh xào tôm | Dưa hấu | Hủ tiếu nấu tôm thịt cà chua  Nước tắc |
| Thứ tư  14/9/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Cải thảo nấu tôm thịt  Mặn: Thịt heo kho trứng cút sốt cà chua | Đu đủ | Phở gà rau quế  Nước cam |
| Thứ năm  15/9/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Cải nhúng nấu tôm thịt  Mặn: Thịt gà kho ngọt | Yaourt | Nui nấu tôm thịt cà chua  Nước chanh |
| Thứ sáu  16/9/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Khoai mỡ nấu tôm khô  Mặn: Trứng cuộn rong biển củ quả  Xào: Cải thảo xào tôm tươi | Nho Mỹ | Bún bò salach  Nước tắc |

# **http://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRQDEYuP3pCl17OexroEhPq-Eecp0E0yGdcdXVZ3cz7BfiRyUcT-aRwOSRmNghttp://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTfk8Fsrw6b843bTJ0oyPUurKpxv7w7ep_ZwBaEfP05bZX6Rdqjhttp://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcS0RximAPA2sxjT4Ai28LbOmynnToT9e0I7_IxOyJhUqQLZGKmHhttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQw_p3qKsDWi3I-mO_VL9f5uQ8rf3yy_eP8RQRdgSQ5zFNV5q5e0g**

# **THỰC ĐƠN TUẦN III TỪ NGÀY 19-23/9/2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **THỜI GIAN** | **PHỤ SÁNG** | **TRƯA** | **TRÁNG MIỆNG** | **XẾ** |
| Thứ hai  19/9/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Bầu nấu tôm thịt  Mặn: Thịt heo sốt nấm, đậu cà chua  SDD: Pho mai  DC-BP: Cải ngọt xào thịt bằm | Nho Mỹ | - Phở bò giá đậu  - Nước chanh dây |
| Thứ ba  20/9/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Rau dền rau đay nấu tôm thịt  Mặn: Thịt bò xào ngũ sắc  SDD: Ván sữa  DC-BP: Bí đỏ luộc | Thanh long | * Cháo thịt gà hạt sen * Yaourt |
| Thứ tư  21/9/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Cải thìa nấu thịt  Mặn:Trứng gà tôm thịt cà rốt cốm xanh đúc  Xào: Bí đỏ xào tôm thịt  SDD: Sữa Nuti  DC-BP: Cà rốt luộc | Chuối cau | * Nui nấu tôm thịt cà chua, bông cải * Nước chanh |
| Thứ năm  22/9/2022 | Sữa Dairysure | Canh: Mây hồng tứ sắc  Mặn: Tôm thịt rim mặn  SDD: Yaourt  DC-BP: Cải thìa xào | Yakult | * Hủ tíu bò viên giá đậu * Nước tắc mật ong |
| Thứ sáu  23/9/2022 | Sữa Nuti | Canh: Cải thảo nấu tôm tươi thịt heo  Mặn: Cá điêu hồng chiên sốt cà chua  SDD: Sữa Nuti  DC-BP: Cà chua trộn | Mận Ấn Độ | * Bún riêu tôm thịt trứng gà cà chua * Nước tắc củ dền |

# **http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcS0RximAPA2sxjT4Ai28LbOmynnToT9e0I7_IxOyJhUqQLZGKmHhttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQw_p3qKsDWi3I-mO_VL9f5uQ8rf3yy_eP8RQRdgSQ5zFNV5q5e0ghttp://t0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRQDEYuP3pCl17OexroEhPq-Eecp0E0yGdcdXVZ3cz7BfiRyUcT-aRwOSRmNghttp://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTfk8Fsrw6b843bTJ0oyPUurKpxv7w7ep_ZwBaEfP05bZX6Rdqj THỰC ĐƠN TUẦN IV TỪ NGÀY 26/9-30/9/2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **THỜI GIAN** | **PHỤ SÁNG** | **TRƯA** | **TRÁNG MIỆNG** | **XẾ** |
| Thứ hai  26/9/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Rau đay nấu tôm khô  Mặn: Trứng chiên thịt  Xào: Đậu côve xào thịt bằm  DC-BP: Bí xanh luộc  SDD: Váng sữa | Bánh bông lan Solite | * Mì trứng nấu thịt bò cà rốt * Yakult |
| Thứ ba  27/9/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Cải nhúng nấu tôm thịt  Mặn: Gà khìa nước dừa  Xào: Su su – cà rốt xào thịt heo  DC-BP: Cà rôt luộc  SDD: Pho mai | Thanh long | * Phở bò rau thơm * Nước chanh dây |
| Thứ tư  28/9/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Rau mồng tơi nấu nghêu  Mặn: Mực tôm, thịt heo xào chua ngọt  Xào: Bầu xào trứng gà  DC-BP: Canh rau  SDD: Sữa Nuti | Dưa hấu | * Hủ tíu nấu tôm thịt cà chua * Nước chanh dây |
| Thứ năm  29/9/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Cải thìa nấu tôm thịt  Mặn: Cá diêu hồng kho thơm cà chua  Xào: Mướp giá xào thịt bằm  DC-BP: Rau xào  SDD: Pho mai | Pudding dừa | * Cháo đậu đỏ thịt bò * Nước tắc củ dền |
| Thứ sáu  30/9/2022 | Uống sữa Nuti | Canh: Bí đỏ nấu tôm thịt  Mặn: Chả cá hấp thịt heo rim dầu mè  Xào: Cải thảo xào tôm tươi  DC-BP: Bầu luộc  SDD: Ván sữa | Táo | * Bún riêu tôm thịt cà chua * Nước chanh dây |