

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

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN

Tuần lễ từ ngày 19-12-2022 đến ngày 24-12-2022

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa chính chiều	Bữa phụ chiều
Thứ 2	NUI TÔM THỊT BÔNG CẢI SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: CÀ CHUA TRỨNG Mặn: CÁ DIÊU HỒNG SỐT CHANH DÂY BÁNH FLAN (SDD) Tráng miệng: DƯA HẤU	NƯỚC SÂM BÁNH CANH TÔM THỊT NẤM RƠM	
Thứ 3	BÁNH MÌ CHÀ BÔNG KẸP (C+ L) HOÀNH THÁNH TÔM THỊT (M + NT) SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: CẢI THẢO NẤU THỊT Mặn: TÔM RIM THỊT BẦU LUỘC (TCBP) Tráng miệng: YAOURT	NƯỚC TẮC BÚN SUÔNG NẤU THỊT	
Thứ 4	PHỞ GÀ RAU THƠM SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: CHUA CÁ LÓC Mặn: XÍU MẠI (C + L) MỰC XÀO HÀNH TÂY (M + NT) BÁNH FLAN (SDD) Tráng miệng: YAOURT	NƯỚC CAM BÚN GẠO TÔM THỊT CẢI NGỌT	
Thứ 5	BÚN RIÊU SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: SUOP NẤU THỊT Mặn: BÒ SỐT PATÊ SU SU CÀ RỐT XÀO (TCBP) Tráng miệng: ĐU ĐỦ	NƯỚC CHANH DÂY CHÁO THỊT KHOAI TÂY	
Thứ 6	SUOP CUA TRỨNG BẮP SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: TẦN Ô NẤU THỊT Mặn: CÁ THU KHO PHÔ MAI(SDD) Tráng miệng: RAU CÂU MILLÔ	HỦ TÍU NAM VANG	

Cấp dưỡng nấu chính:

Người duyệt thực đơn: