

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

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN

Tuần lễ từ ngày 12-12-2022 đến ngày 17-12-2022

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa chính chiều	Bữa phụ chiều
Thứ 2	BÁNH MÌ GIÒ CHÀ SỐT HÀNH (C+L) BÚN GẠO THỊT (M+NT) SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: CẢI NGỌT NẤU THỊT Mặn: CÁ THU KHO THƠM BÁNH FLAN (SDD) Tráng miệng: YAOURT	NƯỚC CHANH BÚN MỘC	
Thứ 3	SOUP CUA THỊT CÀ RỐT SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: KHOAI MỠ NẤU THỊT Mặn: THỊT KHO + TRỨNG QUẦY(C+L) CARI TÔM (M+NT) ĐẬU CỎE LUỘC (TCBP) Tráng miệng: THANH LONG	NƯỚC TẮC HỦ TÍU NẤU THỊT	
Thứ 4	BÁNH CANH SƯỜN (C+L) BÁNH CANH THỊT(M+NT) SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: BÍ ĐỎ NẤU THỊT Mặn: CÁ DIÊU HỒNG SỐT ME YAOURT(SDD) Tráng miệng: DỪA HẦU	NƯỚC CHANH CHÁO THỊT ĐẬU XANH	
Thứ 5	PHỞ BÒ RAU THƠM SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: SALAD SƠN NẤU THỊT Mặn: TÔM XÚC XÍCH SỐT CÀ ĐẬU BẮP LUỘC(TCBP) Tráng miệng: BÁNH FLAN	NƯỚC TẮC NUI THỊT	
Thứ 6	HOÀNH THÁNH TÔM THỊT SỮA ELLAC GROW(MG) SỮA ELLAC MULTI(NT)	Canh: CHUA RAU MUỐNG Mặn: CÁ LÓC SỐT NƯỚC TƯƠNG PHÔMAI(SDD) NHO (M+NT)	CHÈ NHẪN NHỤC MÌ THỊT	

Cấp dưỡng nấu chính:

Người duyệt thực đơn: