

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

## THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN

Tuần lễ từ ngày 21-03-2022 đến ngày 26-03-2022

| Thứ          | Bữa sáng                                                                                                           | Bữa trưa                                                                           | Bữa chính chiều                        | Bữa phụ chiều |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------|
| <b>Thứ 2</b> | HOÀNH THÁNH TÔM THỊT<br>CÀ RỐT<br>SỮA ELLAC GROW ( MG)<br>SỮA ELLAC MULTI (NT)                                     | Canh: TẦN Ô NẤU THỊT<br>Mặn: CÁ LÓC KHO HÀNH<br>Tráng miệng: YAOURT                | HỦ TÍU THỊT CẢI NGỌT<br>NƯỚC CAM       |               |
| <b>Thứ 3</b> | SUOP CUA<br>SỮA ELLAC GROW ( MG)<br>SỮA ELLAC MULTI (NT)                                                           | Canh: SALAD SƠN NẤU THỊT<br>Mặn: BÒ HẦM KHOAI MÔN<br>Tráng miệng: THANH LONG       | CANH BÚN<br>NƯỚC CHANH                 |               |
| <b>Thứ 4</b> | PHỞ BÒ RAU THƠM<br>SỮA ELLAC GROW ( MG)<br>SỮA ELLAC MULTI (NT)                                                    | Canh: CẢI BÓ XÔI NẤU THỊT<br>Mặn: THỊT SỐT DẦU HÀO<br>Tráng miệng: XOÀI            | BÚN RIÊU<br>NƯỚC CHANH                 |               |
| <b>Thứ 5</b> | NUI TÔM THỊT BÔNG CẢI<br>(NT)<br>BÁNH MÌ GIÒ CHẢ SỐT<br>HÀNH (MG )<br>SỮA ELLAC GROW ( MG)<br>SỮA ELLAC MULTI (NT) | Canh: KHOAI MỠ NẤU TÔM THỊT<br>Mặn: CÁ DIÊU HỒNG SỐT NẤM<br>Tráng miệng: BÁNH FLAN | CHÁO GÀ ĐẬU XANH<br>NƯỚC TẮC           |               |
| <b>Thứ 6</b> | BÁNH CANH TÔM NẤM<br>SỮA ELLAC GROW ( MG)<br>SỮA ELLAC MULTI (NT)                                                  | Canh: CẢI NHÚNG NẤU THỊT<br>Mặn: CÁ THU SỐT ME<br>Tráng miệng: YAOURT              | MÌ TÔM THỊT CẢI NGỌT<br>NƯỚC CHANH DÂY |               |

Cấp dưỡng nấu chính: .....

Người duyệt thực đơn: .....