

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

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN

Tuần lễ từ ngày 20-06-2022 đến ngày 25-06-2022

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa chính chiều	Bữa phụ chiều
Thứ 2	HOÀNH THÁNH TÔM THỊT CÀ RỐT SỮA ELLAC GROW (MG) SỮA ELLAC MULTI (NT)	Canh: CHUA CÁ LÓC Mặn: THỊT KHO Tráng miệng: MẶN	NƯỚC CHANH BÚN MỘC	
Thứ 3	SUOP CUA THỊT TRỨNG NẤM SỮA ELLAC GROW (MG) SỮA ELLAC MULTI (NT)	Canh: CẢI THÌA NẤU THỊT Mặn: CÁ DIÊU HỒNG CHIÊN SỐT CÀ Tráng miệng: YAOURT	NƯỚC TẮC PHỞ BÒ RAU THƠM	
Thứ 4	HỦ TÍU NAM VANG SỮA ELLAC GROW (MG) SỮA ELLAC MULTI (NT)	Canh: BÍ XANH NẤU THỊT Mặn: TÔM SỐT BƠ TỎI Tráng miệng: DỪA HẦU	NƯỚC CHANH DÂY NUI THỊT BÔNG CẢI	
Thứ 5	MIẾN TÔM THỊT SALAD SỮA ELLAC GROW (MG) SỮA ELLAC MULTI (NT)	Canh: KHOAI MÔN NẤU THỊT Mặn: MỰC XÀO CHUA NGỌT Tráng miệng: YAOURT	NƯỚC CAM BÁNH CANH THỊT NẤM RƠM	
Thứ 6	BÚN RIÊU CÀ CHUA SỮA ELLAC GROW (MG) SỮA ELLAC MULTI (NT)	Canh: CẢI NHÚNG NẤU THỊT Mặn: CÁ CHÉM CHƯNG TƯƠNG Tráng miệng: THANH LONG	NƯỚC CHANH CHÁO LƯƠN ĐẬU XANH	

Cấp dưỡng nấu chính:

Người duyệt thực đơn: