**THỰC ĐƠN TUẦN**

**TỪ NGÀY 02/12/2019 ĐẾN NGÀY 06/12/2019**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ/ Ngày** | **Ăn sáng** | **Ăn trưa** | | | **Ăn xế** |
| **Canh** | **Mặn** | **Tráng miệng** |
| **Thứ hai**  **02/12** | Bún hải sản  Uống sữa  Yaourt | Rau dền mồng tơi nấu thịt tôm | Đậu hủ nhồi thịt sốt cà  Đậu cove xào tim | Chuối cau  Saboche  SDD: Phomai | Cháo thịt ngũ sắc  Uống sữa |
| **Thứ ba**  **03/12** | Mì nấu tim gan  Bánh Kellog  Yaourt | Khoai mỡ nấu cá lóc | Lươn xào lăn  BP: Cải thìa luộc | Dưa hấu  SDD: Sữa tươi | Soup nấm trứng gà  Uống sữa |
| **Thứ tư**  **04/12** | Miến thập cẩm  Uống sữa | Bó xôi nấu thịt bằm | Chả cua  Susu xào thịt bằm | Đu đủ  SDD: Sữa đậu nành | Cháo sò điệp  Uống sữa |
| **Thứ năm**  **05/12** | Hủ tíu bò kho  Bánh mì bò kho  Yaourt | Bầu nấu tôm thịt | Cá chẽm sốt chua ngọt  BP: Bó xôi | Thanh long  SDD: Trứng cùt | Bún mộc  Uống sữa |
| **Thứ sáu**  **06/12** | Cháo cá lóc  Uống sữa  Yaourt | Chua thập cẩm thịt tôm | Thịt kho trứng cút  BP: Giá hẹ xào | Chuối sứ  SDD: Phomai | Bánh ngọt  NT: Mì thịt bằm  Uống sữa |

**THỰC ĐƠN TUẦN**

**TỪ NGÀY 09/12/2019 ĐẾN NGÀY 13/12/2019**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ/ Ngày** | **Ăn sáng** | **Ăn trưa** | | | **Ăn xế** |
| **Canh** | **Mặn** | **Tráng miệng** |
| **Thứ hai**  **09/12** | Hủ tíu thịt gà  Uống sữa | Đu đủ hẩm xương | Thịt trứng chưng óc heo  Cải ngọt xào tôm | Saboche  Chuối cau  SDD: Phomai | Cháo tôm thịt cà rốt  Uống sữa |
| **Thứ ba**  **10/12** | Phở bò  Bánh Thịnh Phát  Yaourt | Hẹ, đậu hủ  nấu tôm thịt | Cá basa kho thơm  BP: Susu xào | Thanh long  SDD: Trứng gà | Soup bắp, khoai môn  Uống sữa |
| **Thứ tư**  **11/12** | Bún riêu cua  Uống sữa | Bầu nấu thịt bằm | Mực xào chua ngọt  Đậu cove xào thịt | Chuối sứ  SDD: Sữa Fami | Cháo cá diêu hồng  Uống sữa |
| **Thứ năm**  **12/12** | Mì nấu hải sản  Bánh dinh dưỡng  Yaourt | Canh chua rau muống nấu nghêu | Bò nấu ngũ quả  BP: Bầu luộc | Đu đủ  SDD: Trứng cút | Nui nấu thịt, cà rốt  Uống sữa |
| **Thứ sáu**  **13/12** | Cháo mực đậu phộng  Uống sữa | Canh mướp rau đay nấu cua đồng | Trứng chiên hải sản  BP: bông cải | Dưa hấu  SDD: Phomai | Bánh ngọt  NT: Hủ tíu gà  Uống sữa |

**THỰC ĐƠN TUẦN**

**TỪ NGÀY 16/12/2019 ĐẾN NGÀY 20/12/2019**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ/ Ngày** | **Ăn sáng** | **Ăn trưa** | | | **Ăn xế** |
| **Canh** | **Mặn** | **Tráng miệng** |
| **Thứ hai**  **16/12** | Bún nấu tôm thịt  Uống sữa | Nấm rơm, cà rốt nấu thịt gà | Xíu mại sốt cà  Cải bó xôi xào tôm | Saboche  Chuối cau  SDD: Phomai | Cháo thịt sò điệp Uống sữa |
| **Thứ ba**  **17/12** | Mì nấu thịt bò  Mì xào thịt bò  Yaourt | Canh chua thập cẩm nấu tôm thịt | Cá lóc phile kho đậu hủ  BP: Đậu cove luộc | Chuối sứ  SDD: Trứng gà | Hủ tíu nam vang  Uống sữa |
| **Thứ tư**  **18/12** | Phở gà  Uống sữa | Khoai môn nấu bò viên | Tôm thịt rim me  Cải ngọt xào thịt | Dưa hấu  SDD: Sữa Fami | Cháo thịt bằm  Uống sữa |
| **Thứ năm**  **19/12** | Bún gạo nấu hải sản  Bún gạo xào hải sản  Yaourt | Cà chua, đậu hủ nấu thịt trứng | Lươn um bí đỏ  BP: Bầu luộc | Đu đủ  SDD: Phomai | Hủ tíu thịt cá  Uống sữa |
| **Thứ sáu**  **20/12** | Bánh ngọt  NT: Mì chỉ nấu thịt  Uống sữa | Cháo ếch nấu đậu xanh  TM: Chuối cau  SDD: Trứng cút | | | Miến nấu thịt cua  Uống sữa |

**THỰC ĐƠN TUẦN**

**TỪ NGÀY 23/12/2019 ĐẾN NGÀY 27/12/2019**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ/ Ngày** | **Ăn sáng** | **Ăn trưa** | | | **Ăn xế** |
| **Canh** | **Mặn** | **Tráng miệng** |
| **Thứ hai**  **23/12** | Hủ tíu cá  Uống sữa | Ngô bao tử, rau củ nấu tôm thịt | Đậu hủ hấp thịt sốt me  Củ sắn xào thịt | Saboche  Chuối cau  SDD: Phomai | Cháo cật heo, đậu xanh  Uống sữa |
| **Thứ ba**  **24/12** | Bún gạo tôm thịt  Bánh bao  Yaourt | Rau đay, mướp nấu cua đồng | Ếch xào càry  BP: Bó xôi xào | Dưa hấu  SDD: Trứng gà | Phở gà  Uống sữa |
| **Thứ tư**  **25/12** | Mì thập cẩm  Uống sữa | Rong biển, đậu hủ, trứng nấu thịt nạc | Gà nấu hạt sen, củ năng  Đậu cove xào thịt | Thanh long  SDD: Sữa tươi | Cháo nghêu  Uống sữa |
| **Thứ năm**  **26/12** | Hủ tíu nấu thịt bò  Hủ tíu xào bò  Yaourt | Canh chua nấu thịt gà | Tôm sốt trứng muối  BP: Cải thảo | Đu đủ  SDD: Trứng cút | Hoành thánh nấu thịt  Uống sữa |
| **Thứ sáu**  **27/12** | Cháo cá diêu hồng  Uống sữa | Bí đỏ nấu thịt, đậu phộng | Xíu mại thịt cua  BP: Su su xào | Chuối sứ  SDD: Phomai | Bánh ngọt  NT: Mì chỉ nấu cua  Uống sữa |