







NGÀY THÁNG	BỮA SÁNG			BỮA TRƯA			QUÀ CHIỀU
	Thực đơn 1	Thực đơn 2	Thực đơn 3	Thực đơn	Định lượng sống	Định lượng chín	
THỨ HAI 21.10.2024	Bún thang Sữa tươi ít đường VNM Bánh mì mút dâu	Cháo sườn hầm củ quả Sữa tươi ít đường VNM Bánh mì mút dâu	Mỳ tôm trứng ốp, rau cải Sữa tươi ít đường VNM Bánh mì mút dâu	Gà xiên nướng Yakitori Đậu thịt sốt cà chua Rau muống xào tỏi Canh chua dầm me Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Táo	80g (2 xiên) 80g đậu + 15g thịt 70g rau 5g me 110g 58g	65g - 70g 40g - 45g 50g - 53g 250g - 300g 200g - 250g 45g - 50g	Sữa chua ăn Vinamilk + Hoa quả trộn 
THỨ BA 22.10.2024	Bánh đa thịt rau cải Sữa đậu nành VNM Bánh mì mút cam	Phở xào thập cẩm Sữa đậu nành VNM Salat dưa chuột	Soup gà ngô nấm Sữa đậu nành VNM Bánh mì mút cam	Thịt rim tôm Trứng tráng cuộn thịt Bắp cải luộc chấm Magi Canh bầu nấu ngao Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Dưa hấu	65g thịt + 15g tôm nõn 1 quả + 15g thịt 70g 25g bầu + 15g ngao 110g 100g	50g - 55g 45g - 48g 48g - 53g 250g - 300g 200g - 250g 70g - 75g	Kimbap cuộn chiên chấm sốt hồng 
THỨ TƯ 23.10.2024	Phở bò xào lăn Sữa tươi ít đường VNM Bánh mì bơ	Xôi Hoàng Phố Sữa tươi ít đường VNM Bánh mì bơ	Bánh cuốn chả Sữa tươi ít đường VNM Bánh mì bơ	Sườn sốt me Xúc xích xào ngũ sắc Khoai tây xào Canh cua mỏng tươi mướp Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Lê	85g sườn + sốt me, hành tây, cà rốt 0.2 cái + 35g củ quả 80g khoai tây 20g rau, mướp + 10g cua xay 110g 65g	48g - 53g 43g 55g - 60g 250g - 300g 200g - 250g 45g	Bánh su kem Hải hà Kotobuki 
THỨ NĂM 24.10.2024	Bún tôm thịt nấu chua Nước ép hoa quả VNM Bánh mì mút cam	Cháo gà bí đỏ Nước ép hoa quả VNM Bánh mì mút cam	Bánh mì sốt vang Nước ép hoa quả VNM Salat dưa chuột	Cá basa chiên sốt chua ngọt Trứng cút kho tiêu Cải chíp hấp mềm chấm Magi Canh cá nấu chua Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Ôi lê	85g 4 quả 75g 13g đầu cá + 15g cà chua, hành thì là, dưa 110g 90g	48g - 53g 4 quả 50g - 55g 250g - 300g 200g - 250g 65g	Sữa Probi 130ml Vinamilk 
THỨ SÁU 25.10.2024	Phở gà Sữa tươi ít đường VNM Bánh mì mút dâu	Mỳ nui sốt thịt băm Sữa tươi ít đường VNM Bánh mì mút dâu	Xôi thịt kho tàu Sữa tươi ít đường VNM Bánh mì mút dâu	Cơm Bento heo chiên xù Canh rong biển đậu phụ Sữa chua uống Vinamilk	Thịt lợn: 90g + Trứng gà: 1 quả + Bắp cải, cà rốt: 75g + Gạo: 100g Rong biển: 15g + Đậu phụ: 20g + Xương: 10g 1 chai	250g - 300g 250g - 300g 1 chai	Bánh cuộn trà xanh Hải hà Kotobuki 