







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 2.12.2024	Phở bò băm Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì bơ	Miến xào thập cẩm Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì bơ	Bánh cuốn chả Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì bơ	Thịt bò xào lúc lắc Trứng đảo bông Cải chíp xào nấm Canh bầu nấu ngao Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Dưa hấu	60g thịt bò + 35g rau củ 1 quả 75g 25g bầu + 15g ngao 110g 100g	55g - 60g 1 quả 50g - 53g 250g - 300g 200g - 250g 70g - 75g	Sữa chua uống probi + Bánh gạo vị rong biển 
THỨ BA 3.12.2024	Bánh đa đỏ nấu riêu cua giò Sữa đậu nành VNM Bánh mì mút dâu	Xôi ruốc lạp xưởng Sữa đậu nành VNM Bánh mì mút dâu	Cháo sườn hầm cà rốt Sữa đậu nành VNM Bánh mì mút dâu	Cá basa chiên xóc bơ tỏi Thịt viên sốt cà chua Bí xanh, cà rốt hấp mềm Canh cải xanh nấu thịt Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Chuối chín	85g 45g thịt + 5g cà chua 70g bí xanh + 10g cà rốt 20g rau + 5g thịt 110g 1 quả	50g - 53g 3-4 viên 45g - 50g 250g - 300g 200g - 250g 1 quả	Soup thập cẩm trứng cút 
THỨ TƯ 4.12.2024	Phở gà Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút cam	Bánh mì sốt vang Sữa tươi ít đường Vinamilk Salat dưa chuột	Mỳ tôm trứng rau cải Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút cam	Thịt kho nước cốt dừa Đậu sốt Tứ xuyên Bí đỏ xào tỏi Canh cua nấu mồng tơi mướp Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Thanh Long	85g 80g đậu + 9g thịt 90g 20g rau, mướp + 10g cua xay 110g 90g	60g - 65g 70g - 75g 50g - 55g 250g - 300g 200g - 250g 70g - 75g	Bánh cuộn socola Hải Hà Kotobuki 
THỨ NĂM 5.12.2024	Bún ngan Nước ép hoa quả VNM Bánh mì bơ	Phở xào thập cẩm Nước ép hoa quả VNM Bánh mì bơ	Cháo thịt băm Nước ép hoa quả VNM Bánh mì bơ	Sườn sốt me Xúc xích xào ngũ sắc Bắp cải luộc chấm Magi Canh óc đậu nấu cà chua thịt Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Táo	85g sườn + sốt me, rau củ 0.2 cái xúc xích + 35g củ quả 70g 20g óc đậu + 5g thịt + 10g cà chua 110g 58g	60g 1 quả 48g - 53g 250g - 300g 200g - 250g 45g - 50g	Sữa tươi Vinamilk 180ml 
THỨ SÁU 6.12.2024	Bánh giò nóng Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút dâu	Nui xào thịt rau cải Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút dâu	Soup thập cẩm Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút dâu	Cơm Bento Heo chiên xù Canh rong biển đậu phụ Tráng miệng: Lê	Thịt lợn 80g + Trứng gà 1 quả Bắp cải, cà rốt 75g + Gạo 100g Rong biển: 15g + Đậu phụ: 20g Xương: 10g 65g	250g - 300g 250g - 300g 50g	Sữa chua ăn Vinamilk + Hoa quả trộn 