



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 7.10.2024	Bánh đa nấu riêu cua giò Nước ép hoa quả VNM Bánh mì mút dâu	Bánh mì trứng xúc xích Nước ép hoa quả VNM Salat	Soup gà ngô Nước ép hoa quả VNM Bánh mì mút dâu	Thịt luộc chấm Magi Xúc xích xào ngũ sắc Bắp cải cà rốt xào Canh bí hầm xương Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Dưa vàng	85g 0.2 cái + 35g củ quả 70g bắp cải + 2g cà rốt 25g bí + 10g xương 110g 100g	50g -53g 43g 50g 250g - 300g 200g - 250g 70-75g	Bánh su kem tươi Hải Hà kotobuki
THỨ BA 8.10.2024	Cháo sườn Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút cam	Nui xào thập cẩm Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút cam	Xôi thịt băm rim mắm Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút cam	Cá file chiên sốt ngũ liễu Thịt băm xào ngô, nấm, cà rốt Cải chíp hấp mềm chấm Magi Canh chua nấu thịt thả giá Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Táo	85g 25g thịt + 35g ngô, nấm, cà rốt 75g 15g cà chua + 5g thịt + 10g giá 110g 58g	50-53g 40 - 45g 50 - 53g 250-300 200 - 250g 45-48g	Sữa chua trân châu đường đen
THỨ TƯ 9.10.2024	Phở bò Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì bơ	Bún mọc thịt Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì bơ	Bánh cuốn chả Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì bơ	Thịt lợn tẩm bột chiên xù Đậu thịt sốt cà chua Khoai tây xào Canh cua mỏng tươi mướp Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Dưa hấu	80g 80g đậu + 15g thịt 60g 20g rau, mướp + 10g cua xay 110g 100g	50g - 53g 70g - 75g 50g 250g - 300g 200g - 250g 70g - 75g	Sữa chua uống Vinamilk+ Caramen
THỨ NĂM 10.10.2024	Bánh đa thịt băm Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút dâu	Xôi thịt kho trứng Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút dâu	Miến xào thập cẩm Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút dâu	Thịt bò xào lúc lắc Trứng chiên nấm kim châm Rau muống xào tỏi Canh chua me Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Thanh long	60g bò + 35g hành tây, cà rốt, đỗ cove 1 quả + 5g nấm 70g rau 5g me + tai chua 110g 85g	60g 48g 48g - 53g 250g - 300g 200g - 250g 65g	Sữa trái cây DD HNM+ Bánh Tipot trứng nướng
THỨ SÁU 11.10.2024	Bún thang Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút cam	Bánh mì sốt vang Sữa tươi ít đường Vinamilk Salat	Nui xào thịt băm Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mút cam	Cơm Bento Gà sốt Teriyaki Khoai lang Nhật Canh rong biển, đậu phụ Tráng miệng: Lê	Gạo: 75g + Gà: 120g + Đỗ cove: 80g + Cà chua bi: 1 quả 30g 20g đậu + 1g rong biển 65g	200g - 250g 25g 250g - 300g 45g	Hoa quả trộn sữa chua ăn Vinamilk