



THỰC ĐƠN TUẦN 1 - THÁNG 12

Thực đơn cân bằng dinh dưỡng được thực hiện bởi
Bộ Giáo Dục & Đào Tạo và Viện Dinh Dưỡng Quốc Gia



NGÀY THÁNG	BỮA SÁNG			BỮA TRƯA	BỮA CHIỀU
	THỰC ĐƠN 1	THỰC ĐƠN 2	THỰC ĐƠN 3	THỰC ĐƠN	
THỨ 2 01/12	Bún gà Hà Nội Bánh mỳ mát việt quất Sữa tươi Vinamilk	Súp gà ngô Bánh mỳ mát việt quất Sữa tươi Vinamilk	Bánh mì kẹp trứng Bánh mỳ mát việt quất Sữa tươi Vinamilk	Gà sốt cam Đậu nhắt sốt cà chua Bắp cải luộc Canh bí xanh nấu xương Cơm gạo tẻ Táo	Sữa chua Elovi Bánh gạo AnAn
THỨ 3 02/12	Bún thịt băm nấu cà chua Bánh mỳ mát nho Sữa tươi Vinamilk	Mì trứng nấu thịt cà chua Bánh mỳ mát nho Sữa tươi Vinamilk	Bánh bao nhân xá xíu Bánh mỳ mát nho Sữa tươi Vinamilk	Cá tẩm bột chiên giòn Chả lụa rim mắm Su su xào cà rốt Canh cải canh nấu thịt Cơm gạo tẻ Chuối tiêu chín	Pizza
THỨ 4 03/12	Phở bò Hà Nội Bánh mỳ mát việt quất Sữa tươi Vinamilk	Mì tôm nấu thịt cà chua Bánh mỳ mát việt quất Sữa tươi vinamilk	Cơm tam giác Bánh mỳ mát việt quất Sữa tươi vinamilk	Sườn heo sốt chua ngọt Trứng gà đảo bông Khoai tây xào Canh mồng tơi nấu tôm Cơm gạo tẻ Thanh Long	Sữa tươi Vinamilk
THỨ 5 04/12	Bún mọc nấu chua Bánh mỳ mát dứa Sữa tươi Vinamilk	Xôi phú thượng thịt băm kho Bánh mỳ mát dứa Sữa tươi Vinamilk	Bánh Sandwich vị gà Bánh mỳ mát dứa Sữa tươi Vinamilk	Thịt rang tôm mặn ngọt Muối lạc Rau muống xào tỏi Canh chua Cơm gạo tẻ Chuối tiêu chín	Bánh Sandwich vị bò
THỨ 6 05/12	Phở gà Hà Nội Bánh mỳ mát dâu Sữa tươi Vinamilk	Cháo thịt băm bí đỏ Bánh mỳ mát dâu Sữa tươi Vinamilk	Bánh mì kẹp trứng Bánh mỳ mát dâu Sữa tươi Vinamilk	Thịt chiên xá xíu Trứng tráng cuộn Bầu non xào tỏi Canh bắp cải nấu thịt Cơm gạo tẻ Dưa hấu Sài Gòn	Sữa tươi Vinamilk