



THỰC ĐƠN TUẦN 2 - THÁNG 11

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 10/11	Phở bò Hà Nội Bánh mì mít cam Sữa tươi Vinamilk	Cháo thịt băm bí đỏ Bánh mì mít cam Sữa tươi Vinamilk	Bánh cuốn chả Bánh mì mít cam Sữa tươi Vinamilk	Cá tẩm bột chiên giòn Thịt băm rim mắm hành Củ quả luộc chấm muối vừng Canh cải nấu thịt Cơm gạo tẻ Dưa hấu Sài Gòn	Bánh Sandwich phô mai vị bò
THỨ 3 11/11	Phở gà Hà Nội Bánh mì mít việt quất Sữa đậu nành	Súp gà ngô Bánh mì mít việt quất Sữa đậu nành	Bánh bao nhân xá xíu Bánh mì mít việt quất Sữa đậu nành	Thịt bò hầm củ quả Trứng tráng cuộn Su su xào cà rốt Canh bầu nấu tôm Cơm gạo tẻ Táo	Sữa chua ELOVI Bánh su kem
THỨ 4 12/11	Bún thịt nấu riêu chua Bánh mì mít dâu Sữa tươi Vinamilk	Xôi Phú Thượng thịt kho Bánh mì mít dâu Sữa tươi Vinamilk	Bánh Sandwich vị bò Bánh mì mít dâu Sữa tươi Vinamilk	Đậu rán sốt thịt cà chua Thịt vai luộc mắm Bầu non xào tỏi Canh chua nấu thịt cà chua Cơm gạo tẻ Thanh Long	Cơm nắm vị gà nướng
THỨ 5 13/11	Cháo thịt gà Bánh mì mít chanh leo Sữa đậu nành	Mì tôm nấu thịt cà chua Bánh mì mít chanh leo Sữa đậu nành	Bánh giò nóng Bánh mì mít chanh leo Sữa đậu nành	Gà chiên mắm Thịt băm xào ngô ngọt cà rốt Bắp cải luộc Canh bí xanh nấu xương Cơm gạo tẻ Chuối tiêu chín	Caramen Bánh kem tươi lát
THỨ 6 14/11	Xôi gà Hoàng phố Bánh mì mít dứa Sữa tươi Vinamilk	Mì gạo chữ nấu thịt băm Bánh mì mít dứa Sữa tươi Vinamilk	Bánh mì kẹp trứng Bánh mì mít dứa Sữa tươi Vinamilk	Thịt bò hầm sốt vang Khoai tây chiên Súp gà ngô Bánh mì chuột Dưa hấu Sài Gòn	Sữa chua hút Zinkit Bánh bao nhân xá xíu