



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 8.1.2024	Bún riêu cua giò Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì bơ	Cháo sườn hầm rau củ Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì bơ	Bánh giò Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì bơ	Thịt lợn rim xúc xích Cá viên chiên sốt cà chua Su hào xào cà rốt Canh cải nấu ngao Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Dưa hấu	60g thịt + xúc xích 35g 80g su hào + 7g cà rốt 20g rau + 15g ngao 120g 100g	48g – 53g 30g – 33g 48g – 53g 250g – 300g 200g – 250g 70g – 75g	Bánh mì ruốc Hải Hà Kotobuki 
THỨ BA 9.1.2024	Phở bò Sữa đậu nành VNM Bánh mì mít dâu	Nui xào thập cẩm Sữa đậu nành VNM Bánh mì mít dâu	Bánh bao nhân thịt Sữa đậu nành VNM Bánh mì mít dâu	Nem cuốn Hà Nội Trứng đúc thịt nấm tươi Bắp cải luộc chấm Magi Canh bí xanh hầm xương Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Thanh long	2 cái 1 quả + 15g thịt + 5g nấm 70g 28g bí xanh + 10g xương 120g 85g	2 cái 40g – 45g 48g – 50g 250g – 300g 200g – 250g 65g	Sữa chua ăn Vinamilk + ngũ cốc 
THỨ TƯ 10.1.2024	Mỳ chũ thịt băm rau cải Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mít cam	Cháo gà đỗ xanh Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mít cam	Bánh khoai nhân thịt + trứng vịt lộn Sữa tươi ít đường Vinamilk Bánh mì mít cam	Sườn xào chua ngọt Đậu sốt tứ xuyên Cải chíp xào tỏi Canh củ quả hầm xương Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Ổi	90g sườn + 30g rau củ 80g đậu + 9g thịt 75g 30g củ quả + 10g xương 120g 90g	50g – 53g 60g – 65g 45g – 50g 250g – 300g 200g – 250g 50g – 55g	Caramen + chuối chín 
THỨ NĂM 11.1.2024	Phở gà Nước ép hoa quả VNM Bánh mì bơ	Xôi chả rim mắt Nước ép hoa quả VNM Bánh mì bơ	Mỳ xào thập cẩm Nước ép hoa quả VNM Bánh mì bơ	Tôm thịt rim tiêu Trứng gà đảo bông Củ quả luộc chấm Magi Canh mồng tơi nấu tôm Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Dưa hấu	65g thịt + 15g tôm nõn 1 quả 40g su su + 35g củ cải 20g rau + 5g tôm 120g 100g	48g – 53g 1 quả 45g – 50g 250g – 300g 200g – 250g 70g – 75g	Cơm cuộn rong biển 

THỨ SÁU  
12.1.2024

**NGHỈ HỌC KỲ I**

