



THỰC ĐƠN TUẦN 5 - THÁNG 9

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 29/09	Bún mọc nấm hương Bánh mì mát dâu Sữa tươi Vinamilk	Cháo thịt băm bí đỏ Bánh mì mát dâu Sữa tươi Vinamilk	Bánh bao nhân thịt Bánh mì mát dâu Sữa tươi Vinamilk	Thịt kho nước cốt dừa Trứng gà đảo bông Củ quả hấp chấm muối vừng Canh chua nấu thịt giá dứa Dưa hấu Miền Nam Cơm gạo dẻo	Bánh Oreo Caramen 
THỨ 3 30/09	Phở gà Hà Nội Bánh mì chấm sữa Sữa đậu nành	Xôi gà hoàng phố Bánh mì chấm sữa Sữa đậu nành	Bánh giò nóng Bánh mì chấm sữa Sữa đậu nành	Thịt bò hầm củ quả Trứng cút sốt me Bắp cải xào Canh mồng tơi nấu tôm Chuối tiêu chín Cơm gạo dẻo	Bánh bao nhân thịt 
THỨ 4 01/10	Bún sườn chua Sữa tươi Vinamilk Bánh mì mát cam	Súp gà ngô Sữa tươi Vinamilk Bánh mì mát cam	Bánh mì trứng Sữa tươi Vinamilk Bánh mì mát cam	Cá tẩm bột chiên giòn Thịt chưng mắm tép Khoai tây xào Cải bắp nấu thịt gừng Thanh long Cơm gạo dẻo	Kimbap chiên Sữa chua Elovi 
THỨ 5 02/10	Phở bò Hà Nội Sữa đậu nành Bánh mì mát việt quất	Bún bò Sữa đậu nành Bánh mì mát việt quất	Bánh cuốn chả Sữa đậu nành Bánh mì mát việt quất	Gà sốt chua ngọt Đậu nhộng sốt Tứ Xuyên Bí xanh luộc chấm xì dầu Canh ngao nấu chua Táo Cơm gạo dẻo	Bánh Pizza 
THỨ 6 03/10	Xôi Phú Thưởng thịt kho Bánh mì mát dâu Sữa tươi Vinamilk	Cháo sườn thịt băm Bánh mì mát dâu Sữa tươi Vinamilk	Bánh đa nấu thịt cà chua Bánh mì mát dâu Sữa tươi Vinamilk	Cơm rang thập cẩm Dưa góp chua ngọt Xúc xích hoa cúc Canh củ quả nấu thịt Chuối tiêu chín Cơm gạo rang	Sữa tươi Vinamilk Bánh kem dâu 