



# THỰC ĐƠN TUẦN 4 - 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 22/12	Phở bò Hà Nội Bánh mì mít dâu Sữa tươi Vinamilk	Cháo sườn Bánh mì mít dâu Sữa tươi Vinamilk	Bánh mì kẹp trứng Bánh mì mít dâu Sữa tươi Vinamilk	Thịt vai kho tàu Trứng gà đảo bông Cải thảo cà rốt xào Canh củ quả nấu xương Cơm gạo tẻ Dưa hấu Sài Gòn	Sữa chua hút Zinkids Bánh OREO
THỨ 3 23/12	Bún mọc nấu riêu Bánh mì mít Việt quất Sữa tươi Vinamilk	Xôi trắng thịt băm kho Bánh mì mít Việt quất Sữa tươi Vinamilk	Bánh bao nhân thịt Bánh mì mít việt quất Sữa tươi Vinamilk	Đậu nhộng sốt thịt cà chua Thịt bò kho dừa Khoai tây xào Canh cải xanh nấu thịt Cơm gạo tẻ Táo	Caramen Bánh su kem
THỨ 4 24/12	Phở gà Hà Nội Bánh mì mít dừa Sữa tươi Vinamilk	Súp gà ngô Bánh mì mít dừa Sữa tươi vinamilk	Cơm tam giác Bánh mì mít dừa Sữa tươi vinamilk	Thịt thăn tẩm bột chiên xù Giò lụa xào ngô ngọt Bắp cải cà rốt xào Canh mồng tơi nấu tôm Cơm gạo tẻ Thanh long	Bánh bao nhân thịt
THỨ 5 25/12	Mì chũ nấu thịt băm Bánh mì mít nho Sữa tươi Vinamilk	Bún thịt băm Bánh mì mít nho Sữa tươi Vinamilk	Bánh Sandwich vị gà Bánh mì mít nho Sữa tươi Vinamilk	Má đùi gà sốt chua ngọt Đậu tằm hành Su su cà rốt xào Canh bí xanh nấu xương Cơm gạo tẻ Dưa hấu sài gòn	Sữa chua Elovi Bánh kem tươi cắt lát
THỨ 6 26/12	Bún gà Hà Nội Bánh mì mít việt quất Sữa tươi Vinamilk	Mì trứng nấu thịt Bánh mì mít việt quất Sữa tươi Vinamilk	Bánh mì kẹp trứng Bánh mì mít dâu Sữa tươi Vinamilk	Mỳ Spaghetti Thịt bò băm sốt cà chua Bánh mì chuột Chuối tiêu chín	Cơm tam giác