



THỰC ĐƠN TUẦN 4 - THÁNG 3

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 23/03	Bún thịt nấu cà chua Bánh mỳ mát nho Sữa tươi Vinamilk	Mì tôm nấu trứng Bánh mỳ mát nho Sữa tươi Vinamilk	Trứng ngải cứu Bánh mỳ mát nho Sữa tươi Vinamilk	Bắp cải cuốn thịt viên nấm Giò chiên lặc pho mai Bí ngô xào tỏi Canh rau ngót nấu thịt Cơm gạo tẻ Chuối tiêu chín	Cơm tam giác 
THỨ 3 24/03	Xôi trắng thịt kho tàu Bánh mỳ mát Việt quất Sữa tươi Vinamilk	Mì chũ nấu thịt cà chua Bánh mỳ mát Việt quất Sữa tươi Vinamilk	Bánh mì kẹp trứng Bánh mỳ mát việt quất Sữa tươi Vinamilk	Gà sốt cam tươi Trứng gà đảo bông Bắp cải xào cà rốt Canh bí xanh nấu xương Cơm gạo tẻ Táo	Bánh bơ ruốc Sữa chua Elovi 
THỨ 4 25/03	Phở gà Hà Nội Bánh mỳ mát dâu Sữa tươi Vinamilk	Súp gà ngô Bánh mỳ mát dâu Sữa tươi vinamilk	Cơm tam giác Bánh mỳ mát dâu Sữa tươi vinamilk	Thịt chiên xá xíu Đậu hũ nhát sốt thịt cà chua Su su xào cà rốt Canh cải xanh nấu thịt Cơm gạo tẻ Dưa hấu Sài Gòn	Cơm cuộn kiểu nhật 
THỨ 5 26/03	Bún sườn Bánh mỳ mát nho Sữa tươi Vinamilk	Cháo thịt băm Bánh mỳ mát nho Sữa tươi Vinamilk	Bánh bao nhân thịt Bánh mỳ mát nho Sữa tươi Vinamilk	Cá tẩm bột chiên giòn Thịt băm rim mắm hành Su hào xào cà rốt Canh mồng tơi Cơm gạo tẻ Thanh long	Caramen Bánh Su Kem 
THỨ 6 27/03	Mì tôm nấu thịt Bánh mỳ mát việt quất Sữa tươi Vinamilk	Trứng gà tre luộc Bánh mỳ mát việt quất Sữa tươi Vinamilk	Bánh SandWich vị bò Bánh mỳ mát việt quất Sữa tươi Vinamilk	Xôi hoàng phố Thịt băm kho chả lụa Trứng ốp la Canh chua nấu thịt cà chua Chuối tiêu chín	Chè đỗ xanh hạt sen 