

# THỰC ĐƠN TUẦN 1

(Từ ngày 03-07/11/2025)

| THỨ   | SÁNG                                                                                                               | TRƯA                                                                      |                                                                                      |                         |                                                                                           |                                 | GHI CHÚ |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|---------|
|       |                                                                                                                    | CANH                                                                      | MẶN                                                                                  | TRÁNG MIỆNG             | XÉ                                                                                        | PHỤ XÉ                          |         |
| THỨ 2 | <b>* Sữa Ellac Grow +<br/>* Bánh giò</b><br>(Bột gạo, thịt heo, mộc nhĩ)                                           | <b>* Rau cải nhúng nấu<br/>thịt</b><br>(Cải nhúng, thịt heo, xương ống)   | <b>* Thịt ram chua ngọt</b><br>(Thịt heo, me)                                        | <b>* Dưa<br/>hấu</b>    | <b>* Cháo cá</b><br>(Gạo tẻ, cá diêu hồng file, xương ống, thì là)                        | <b>* Nước<br/>chanh</b>         |         |
| THỨ 3 | <b>* Sữa Ellac Grow +<br/>* Mì quảng nấu thịt<br/>trứng cút</b><br>(Mì quảng, thịt heo, trứng cút, xương)          | <b>* Rau dền nấu tôm<br/>tươi</b><br>(Rau dền, tôm tươi, thịt heo, xương) | <b>* Đậu hũ thịt sốt cà<br/>chua</b><br>(Đậu hũ trắng, thịt heo, cà chua)            | <b>* Bánh<br/>flan</b>  | <b>* Nui sao nấu tôm<br/>thịt</b><br>(Nui sao, tôm, thịt, nấm, cà rốt, xương)             | <b>* Nước<br/>cam</b>           |         |
| THỨ 4 | <b>* Sữa Ellac Grow +<br/>* Hoàng thánh nấu tôm<br/>bông cải</b><br>(Hoành thánh, tôm, bông cải, xương ống)        | <b>* Su su nấu tôm thịt</b><br>(Su su, tôm tươi, thịt heo)                | <b>* Thịt gà ca ri</b><br>(Thịt gà file, khoai lang, khoai tây, sả, sữa bò, cốt dừa) | <b>* Đu<br/>đu</b>      | <b>* Bún bò</b><br>(Bún, thịt bò, hành tây, gia vị, mắm tôm Huế, giá, ngò gai, xương ống) | <b>* Nước<br/>Tắc</b>           |         |
| THỨ 5 | <b>* Sữa Ellac Grow +<br/>* Phở gà</b><br>(Bánh phở, thịt gà, giá, xương heo, hành tây, húng quế, xương ống, gừng) | <b>* Cải xoong</b><br>(Cải soong, thịt heo)                               | <b>* Trứng thịt hành tây<br/>chiên</b><br>(Trứng vịt, thịt heo hành tây)             | <b>* Mận</b>            | <b>* Mì tôm nấu thịt cà<br/>rốt sà lách</b><br>(Mì tôm, thịt heo, cà rốt, sà lách)        | <b>* Nước<br/>chanh<br/>dây</b> |         |
| THỨ 6 | <b>* Sữa Ellac Grow +<br/>* Bún mọc</b><br>(Bún tươi, mọc sống, cà rốt, xương ống)                                 | <b>* Rau cải nấu thịt</b><br>(Rau cải, thịt heo)                          | <b>* Cá lóc<br/>kho thịt ba chỉ</b><br>(Cá lóc, thịt ba chỉ)                         | <b>* Thanh<br/>long</b> | <b>* Miến cua</b><br>(Miến dong, thịt cua đỏ, thịt heo, cà rốt, giá, răm, xương ống)      | <b>* Yaourt</b>                 |         |