

THỰC ĐƠN TUẦN 1

(Từ ngày 05-09/10/2026)

THỨ	SÁNG	TRƯA					GHI CHÚ
		CANH	MẶN	TRÁNGMI ỆNG	XẾ	PHỤ XẾ	
THỨ 2	*Sữa Ellac Multi * Bánh giò (Bột gạo, thịt heo, trứng cút, mộc nhĩ)	* Rau cải nhúng nấu thịt (Cải nhúng, thịt heo, xương ống)	Mực xào chua ngọt (Mực phile, thịt, cà chua, thơm, hành tây, lơ trắng, cần tây)	* Dưa hấu	*Cháo cá (Gạo tẻ, cá diêu hồng file, xương ống, thì là)	* Nước chanh	
THỨ 3	*Sữa Ellac Multi * Mì quảng nấu thịt trứng cút (Mì quảng, thịt heo, trứng cút, xương)	*Rau dền nấu tôm tươi (Rau dền, tôm tươi, thịt heo, xương)	* Đậu hũ thịt sốt cà chua (Đậu hũ trắng, thịt heo, cà chua)	*Bánh flan	*Nui sao nấu tôm thịt (Nui sao, tôm, thịt, nấm, cà rốt, xương)	* Nước cam	
THỨ 4	*Sữa Ellac Multi * Hoành thánh nấu tôm bông cải (Hoành thánh, tôm, bông cải, xương ống)	* Su su nấu tôm thịt (Su su, tôm tươi, thịt heo)	* Thịt gà hầm đậu trắng (Thịt gà phi lê, đậu trắng)	* Đu đủ	* Bún bò (Bún, thịt bò, hành tây, gia vị, mắm tôm Huế, giá, ngò gai, xương ống)	* Nước Tắc	
THỨ 5	*Sữa Ellac Multi *Phở gà (Bánh phở, thịt gà phi lê, giá, xương heo, hành tây, húng quế, xương ống, gừng)	* Cải xoong nấu thịt nạc dăm (Cải xoong, thịt heo)	* Trứng thịt hành tây chiên (Trứng vịt, thịt heo hành tây)	* Mận	*Mì trứng nấu tôm thịt giá đậu xanh (Mì trứng, thịt heo, tôm lột, giá đậu xanh)	* Nước chanh dây	
THỨ 6	*Sữa Ellac Multi * Bún mọc (Bún tươi, mọc sống, cà rốt, xương ống)	* Rau cải nấu thịt (Rau cải, thịt heo)	* Cá lóc kho thịt ba chỉ (Cá lóc, thịt ba chỉ)	*Thanh long	* Miến nấu cua (Miến dong, thịt cua đỏ, thịt heo, cà rốt, giá, răm, xương ống)	*Yaourt	