

THỰC ĐƠN TUẦN 3

TỪ NGÀY (19-23/10/2026)

THỨ	SÁNG	TRƯA			XE		GHI CHÚ
		CANH	MẶN	TRÁNG MIỆNG	XE	PHỤ XE	
THỨ 2	*Sữa Vinamilk * Cháo sườn rút xương (Gạo tẻ, sườn rút xương, xương heo)	* Mồng toi nấu tôm (Mồng toi, tôm tươi)	*Xúc xích, thịt nạc dăm rim mặn (Xúc xích, thịt nạc dăm, hành ngò)	* Đu đủ	* Nui xoắn nấu tôm thịt (Nui xoắn, tôm, thịt, nấm, cà rốt)	* Nước Tắc	
THỨ 3	*Sữa Vinamilk * Bánh canh cá lóc (Bánh canh, cá lóc phi lê, hành tây, xương ống)	*Cải thìa nấu tôm thịt (Tôm tươi, thịt heo, cải thìa)	* Cá diêu hồng chiên (Cá diêu hồng file)	*Bánh Plan	* Mì quảng thịt (Mì quảng, thịt heo, giá, trứng cút, xương)	* Nước cam	
THỨ 4	*Sữa Vinamilk *Mì trứng nấu tôm thịt (Mì trứng, tôm lột, thịt nạc dăm, cà rốt, nấm rơm)	* Canh chua cá diêu hồng (Cá diêu hồng, bạc hà, giá, cà chua, thơm, đậu bắp, me)	* Thịt gà chiên mắm (Thịt gà file)	*Chuối cau	* Lagu - Bánh mì (Bánh mì sandwich, thịt heo, cà rốt, khoai lang, sữa bò, cốt dừa, sả, hành tây, bột năng, ngò)	*Nước chanh	
THỨ 5	*Sữa Vinamilk * Hoành thánh nấu tôm thịt (Hoành thánh, tôm tươi, thịt heo, xương)	* Bí xanh nấu tôm, thịt (Bí xanh, thịt heo)	* Thịt kho trứng cút (Thịt nạc dăm, trứng cút)	* Thanh long	* Phở gà (Phở, thịt gà, giá, húng quế, hành tây, gia vị)	* Chanh dây	
THỨ 6	*Sữa Vinamilk * Bánh ướt chả giò (Bánh ướt, chả giò, dưa leo)	* Cải xoong nấu thịt (Cải xoong, thịt heo)	* Trứng thịt bác cà chua (Trứng vịt, thịt heo, cà chua)	* Ổi nữ hoàng	* Bún bò (Bún, thịt bò, hành tây, gia vị, giá, ngò gai, sả cây, xương ống)	*Yaourt	