

THỰC ĐƠN MÙA HÈ
(Thực hiện từ ngày 30/6 đến ngày 2/8/2025)
TUẦN 1

	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
9h	Nước cam	Sữa bột Metacare	Sữa chua	Chè sen sữa	Thanh long	Sữa bột Metacare
Bữa trưa	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	Tôm thịt đậu sốt cà chua	Lươn xào hành nấm	Thịt bò hầm fomain	Cá hồi thịt nạc sốt chanh leo	Trứng cút thịt kho tàu	Trứng tôm thịt xào nấm hương
	Canh rau đay mướp nấu tôm	Canh riêu cá dứa bí đỏ giá đỗ	Canh bí xanh đỏ cà rốt nấu thịt	Canh sườn sấu rau rút	Canh rau đay mướp nấu cua đồng	Canh bí xanh đỏ nấu tôm
Tráng miệng						
Bữa chiều	Cháo cua bẻ thịt nạc	Bò xốt vang bánh mì + Cháo bò rau củ	Phở tôm sườn + Cháo tôm sườn	Xôi đỗ xanh chè đỗ đen + Cháo thịt	Bánh piza + Sữa metacare + Cháo thịt nạc đỗ xanh rau củ	Cháo bò, thịt nạc đỗ xanh rau củ

TUẦN 2

9h	Nước cam	Sữa bột Metacare	Sữa chua	Chè đỗ xanh cốt dừa	Thanh long	Sữa bột Metacare
Bữa trưa	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	Chả tôm thịt xá xíu sốt cà chua	Chả lươn sốt cà chua	Thịt gà thịt lợn rim gừng	Cá tầm thịt nạc xào hành nấm	Trứng tôm thịt đúc nấm	Trứng thịt sốt cà chua
	Canh rau đay mướp nấu tôm	Canh sườn sấu rau rút	Canh khoai sọ rau rút	Canh riêu cá dứa bí đỏ giá đỗ	Canh bí xanh đỏ nấu tôm	Canh bí xanh, bí đỏ, cà rốt nấu thịt
Tráng miệng						
Bữa chiều	Cháo cá hồi thịt nạc rau củ	Bò xốt vang bánh mì + Cháo bò rau củ	Phở cua bẻ thịt nạc + Cháo cua bẻ thịt nạc rau củ.	Xôi thịt + Cháo thịt rau củ	Bánh Sukem + Sữa Metacare, Cháo thịt nạc, lạc nhân rau củ	Cháo tôm, thịt nạc đỗ xanh rau củ

TUẦN 3

9h	Nước cam	Sữa bột Metacare	Sữa chua	Chè sen sữa	Thanh long	Sữa bột Metacare
Bữa trưa	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	Tôm thịt xào giá đỗ	Lươn xào chuối đậu	Thịt bò thịt lợn hầm sốt vang	Cá hồi thịt nạc sốt chanh leo	Trứng cút thịt kho tàu	Trứng tôm thịt xào nấm hương
	Canh bí xanh đỏ cà rốt nấu tôm	Canh riêu cá bí đỏ dưa giá đỗ	Canh bí xanh đỏ cà rốt nấu thịt	Canh sườn sấu rau rút	Canh mồng rau đay mướp nấu cua đồng	Canh bí xanh đỏ nấu tôm
Tráng miệng						
Bữa chiều	Cháo cua bề thịt nạc	Bò xốt vang bánh mì + Cháo bò rau củ	Phở gà + Cháo gà rau củ.	Xôi đỗ xanh chè đỗ đen + Cháo thịt	Bánh kem cuộn + Sữa Metacare, Cháo thịt nạc, lạc nhân rau củ	Cháo bò, thịt nạc đỗ xanh rau củ

TUẦN 4

9h	Nước cam	Sữa bột Metacare	Sữa chua	Chè đỗ xanh cốt dừa	Thanh long	Sữa bột Metacare
Bữa trưa	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	Tôm thịt sốt cà chua	Chả lươn sốt cà chua	Thịt gà thịt lợn rim gừng	Cá tầm thịt nạc xào hành nấm	Trứng tôm thịt đúc nấm	Trứng thịt sốt cà chua
	Canh bí xanh bí đỏ nấu tôm	Canh sườn sấu rau rút	Canh su su cà rốt nấu gà	Canh riêu cá dưa bí đỏ giá đỗ	Canh bí xanh, bí đỏ, cà rốt nấu tôm	Canh bí xanh, bí đỏ, cà rốt nấu thịt
Tráng miệng						
Bữa chiều	Cháo tim cật rau củ	Bò xốt vang bánh mì + Cháo bò rau củ	Phở cua bề thịt nạc + Cháo cua bề thịt nạc rau củ	Xôi gà + Cháo gà	Bánh gato kem + Sữa Metacare, Cháo thịt nạc, lạc nhân rau củ	Cháo tôm thịt nạc đỗ xanh rau củ

HIỆU TRƯỞNG

Trần Thị Thu Thủy