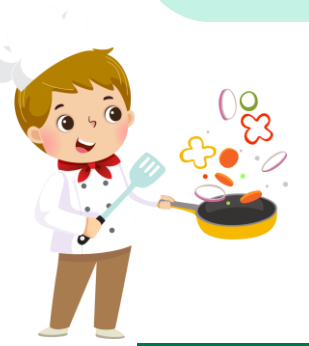
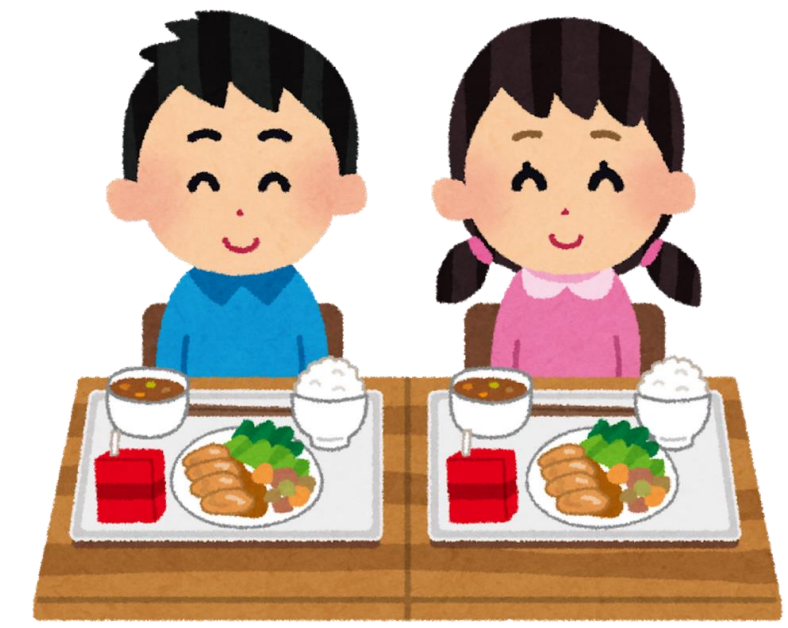




TRƯỜNG TIỂU HỌC MỸ ĐÌNH I

Thực đơn hàng tuần

Từ ngày 07/10/2024 đến ngày 11/10/2024



THỨ	THỨ HAI	THỨ BA	THỨ TƯ	THỨ NĂM	THỨ SÁU
Bữa chính	<ul style="list-style-type: none"> - Gà rang gừng - Ruốc thịt - Cải thảo xào - Canh củ quả nấu xương - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt rang hành - Trứng rán - Rau muống xào - Canh chua rau muống - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Cá tẩm bột chiên xù - Chả rim tiêu - Su su xào - Canh chua thịt - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Gà om nước cốt dừa - Đậu sốt cà chua - Bắp cải xào - Canh bí xanh nấu xương - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt xá xíu - Giò rim - Khoai tây xào - Canh bí đỏ nấu thịt - Cơm
Bữa phụ	Sữa trái cây Kun	Bánh Peppie	Sữa tiệt trùng IZZI S	Bánh mỳ nhân Socola Kinh Đô	Bánh Hura
Hàm lượng calo	Năng lượng: 770 Kcal	Năng lượng: 750 Kcal	Năng lượng: 775 Kcal	Năng lượng: 755 Kcal	Năng lượng: 790 Kcal

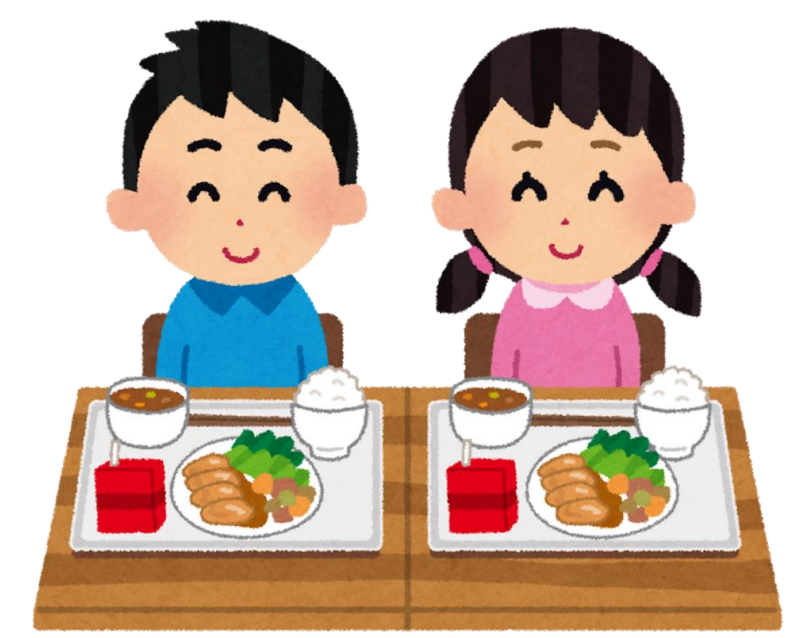




TRƯỜNG TIỂU HỌC MỸ ĐÌNH I

Thực đơn hàng tuần

Từ ngày 14/10/2024 đến ngày 18/10/2024



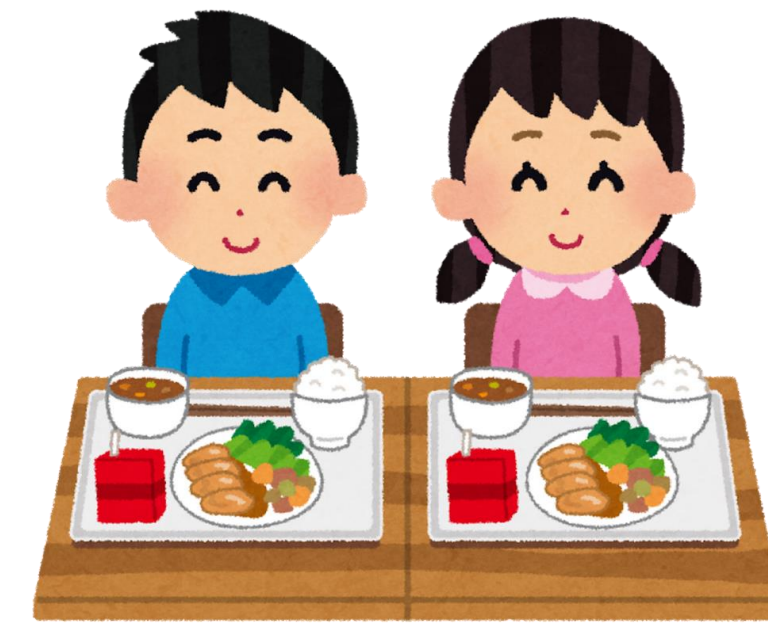
THỨ	THỨ HAI	THỨ BA	THỨ TƯ	THỨ NĂM	THỨ SÁU
Bữa chính	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt kho tàu - Đậu sốt cà chua - Cải thảo xào - Canh bí đỏ nấu thịt - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Gà rán KFC - Giò rim tiêu - Bắp cải cà rốt xào - Canh củ quả nấu xương - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Chả cá viên thì là - Thịt xay rim ngô - Su su xào - Canh bắp cải cà chua nấu thịt - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Gà om nấm, hạt sen - Thịt hầm củ quả - Bí xanh xào - Canh chua thịt - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt sốt cà chua - Trứng rán củ quả - Rau muống xào - Canh chua rau muống - Cơm
Bữa phụ	Bánh Staff Hữu Nghị	Sữa trái cây Zin Zin	Bánh Longpie	Sữa tiệt trùng Vinamilk	Bánh mỳ kem Olive
Hàm lượng calo	Năng lượng: 780 Kcal	Năng lượng: 740 Kcal	Năng lượng: 745 Kcal	Năng lượng: 750 Kcal	Năng lượng: 790 Kcal





TRƯỜNG TIỂU HỌC MỸ ĐÌNH I

Thực đơn hàng tuần



Từ ngày 21/10/2024 đến ngày 25/10/2024



THỨ	THỨ HAI	THỨ BA	THỨ TƯ	THỨ NĂM	THỨ SÁU
Bữa chính	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt om nấm, hạt sen - Đậu sốt cà chua - Khoai tây xào - Canh nấm nấu thịt - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Tôm viên chiên giòn - Trứng rán - Rau muống xào - Canh chua rau muống - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Gà rang gừng - Ruốc thịt - Bắp cải xào - Canh bí đỏ nấu xương - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Cá tằm bột chiên xù - Chả nạc rim - Su su xào - Canh chua thịt - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt rang hành - Trứng đảo bông - Cải thảo xào - Canh bí xanh nấu thịt - Cơm
Bữa phụ	Bánh Chocopie	Sữa chua uống Kun	Bánh quy Oreo	Bánh Belgi trứng sữa	Sữa tiệt trùng IZZI S
Hàm lượng calo	Năng lượng: 760 Kcal	Năng lượng: 785 Kcal	Năng lượng: 740 Kcal	Năng lượng: 760 Kcal	Năng lượng: 780 Kcal

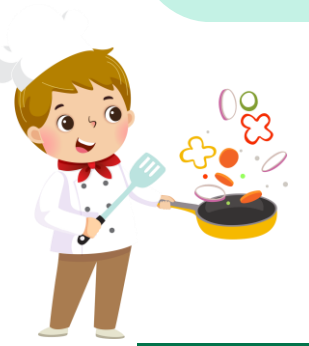
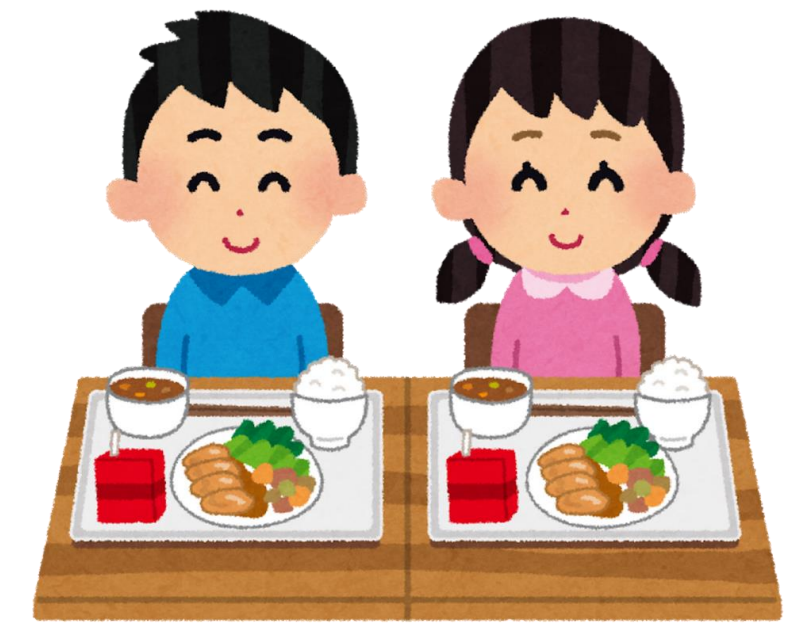




TRƯỜNG TIỂU HỌC MỸ ĐÌNH I

Thực đơn hàng tuần

Từ ngày 28/10/2024 đến ngày 01/11/2024



THỨ	THỨ HAI	THỨ BA	THỨ TƯ	THỨ NĂM	THỨ SÁU
Bữa chính	<ul style="list-style-type: none"> - Gà chiên lắ phomai - Ruốc thịt - Bắp cải xào - Canh củ quả nấu xương - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt rang hành - Đậu sốt cà chua - Khoai tây xào - Canh chua nấu thịt - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Cá tằm bột chiên xù - Giò rim hành - Bí xanh xào - Canh chua nấu thịt - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Gà om nước cốt dừa - Thịt xay sốt cà chua - Giá đỗ xào - Canh bí đỏ nấu xương - Cơm 	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt viên chiên giòn - Trứng chưng - Rau muống xào - Canh chua rau muống - Cơm
Bữa phụ	Sữa chua uống susu Vinamilk	Bánh Peppie	Sữa trái cây Zin Zin	Bánh mỳ nhân socola Kinh Đô	Bánh bông lan Olive
Hàm lượng calo	Năng lượng: 750 Kcal	Năng lượng: 760 Kcal	Năng lượng: 785 Kcal	Năng lượng: 750 Kcal	Năng lượng: 780 Kcal

