

**TRƯỜNG THCS&THPT VIỆT-ÚC HÀ NỘI**

Vietnam – Australia School, Hanoi

Khu đô thị Mỹ Đình I – Nam Từ Liêm – Hà Nội

Phone: 84-4 62878889/ 62872869 Fax: 84-4 62872023

E-mail: info@vashanoi.edu.vn Website: www.vashanoi.edu.vn**THỰC ĐƠN**
(Tuần từ 15/5 đến 19/5/2017)

| | THỨ 2 | THỨ 3 | THỨ 4 | THỨ 5 | THỨ 6 |
|-----------------------------|---------------------------------|---|---|---|----------------------------------|
| KHỐI TIỂU HỌC | | | | | |
| Sáng | Bún mọc thả nộm Xôi thịt kho | Bánh cuốn + chả lụa Bánh đa cua nấu riêu | Phở gà nộm Cháo thịt băm | Bánh mì trứng + nước chanh Bún chân giò dọc mùng | Xôi thịt kho trứng cút Phở bò |
| Trưa | Cánh gà rán + phỏng tôm | Sườn xào chua ngọt | Thịt kho trứng cút | Cánh gà rán | Thăn lợn escalope |
| | Thịt băm rang hành | Ngô chiên bơ | Mực chiên ngư thiên | Khoai tây chiên | Trứng đúc thịt |
| | Rau muống xào tỏi | Bắp cải xào | Khoai tây chiên | Bò bít tết + phỏng tôm chiên | Rau muống xào tỏi |
| | Nước rau dầm chua | Tôm chiên ngư thiên | Bí ngô xào tỏi | Rau cải ngọt xào | Nước rau dầm chua |
| | Cơm tấm | Canh thịt nấu chua | Canh rau ngót nấu xương | Thịt hấp xì dầu | Cơm tấm |
| Nước chanh leo | Cơm tấm Dưa hấu | Cơm tấm Nước cam vắt | Canh bí nấu xương Cơm tấm + nước chanh | Cơm tấm Nước ép dưa hấu | |
| Chiều | Bánh kem + sữa tươi | Phở bò | Xôi đùi gà quay | Cháo tôm thịt thăn | Súp ngô, gà + bánh mì |
| KHỐI THCS & THPT | | | | | |
| | Salad cà chua, dưa chuột | Sup tôm Thái Lan | Miến xào thập cẩm | Ngô chiên bơ | Phồng tôm chiên |
| | Thịt chân giò luộc | Sườn lợn rán | Ếch xào sả ớt | Pizza + bánh mì sốt bò | Trứng cuộn phomat |
| | Đùi gà rút xương nướng | Mực xào cần tỏi | Đùi gà rang muối | Thịt kho trứng cút | Bò hầm |
| | Đậu sốt thịt cà chua | Trứng đúc thịt | Thịt rang mắm tép | Chả lụa sốt cà chua | Thịt quay giòn bì |
| | Rau muống xào tỏi | Bắp cải xào tỏi | Bí ngô xào tỏi | Bắp cải luộc | Rau muống xào tỏi |
| | Nước rau dầm cà chua | Canh thịt nấu chua | Canh rau ngót nấu xương | Canh bí nấu xương | Nước rau dầm chua |
| | Cơm tấm | Cơm tấm | Cơm tấm | Nước chanh | Cơm tấm |
| | Nước chanh leo | Dưa hấu | Nước cam vắt | Cơm tấm | Nước ép dưa hấu |
| | | | | | |

Lưu ý: Thực đơn có thể thay đổi tùy theo tình hình thực tế