



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 NỘI TRÚ - TUẦN TỪ 14 – 20/8/2017

	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6	THỨ 7	Chủ Nhật	
<i>Sáng</i>	THỰC ĐƠN THCS, THPT						Bún chả	Bánh nho + sữa milo
<i>Trưa</i>							Thịt viên sốt cà chua	Cánh gà bỏ lò
							Bò cuốn lá lốt	Thịt nướng ngũ vị
							Đậu sốt thịt cà chua	Pizza bò
							Rau muống xào tỏi	Khoai tây chiên
							Nước rau dầm sấu	Rau cải xào nấm
							Cơm tấm	Canh thịt chua
							ôi thái	Cơm tấm + dưa hấu
<i>Tối</i>	Sườn lợn rán	Chả nướng	Dải lợn ngũ vị	Bê nướng vị	Sườn xào chua ngọt	Bê tái chanh	Sườn lợn xào chua ngọt	
	Thịt rang cháy cạnh	Nem rán	Cá chiên hoàng bào	Cánh gà xiên rán	Chân giò luộc	Gà quay mật ong	Thịt lợn áp chảo	
	Bắp cải luộc + trứng	Bún + rau sống	Rau muống xào	Bắp cải luộc + trứng	Rau bí xào tỏi	Rau lang xào tỏi	Rau muống xào tỏi	
	Canh rau ngót	Canh thịt chua	Nước rau dầm chua	Canh thịt chua	Canh khoai nấu xương	Canh rau ngót	Nước rau dầm sấu	
	Mực chiên bơ	Xúc xích nướng	Bò xào cần tỏi	Thịt kho tàu	óc xào sả ớt	Thịt rang cháy cạnh	Đậu sốt thịt cà chua	
	Cơm tấm	Dưa hấu	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	
	Sinh tố xoài		Caramen	Nước chanh vắt	Nước ép dưa hấu	Sinh tố bơ	Nước chanh vắt	

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