



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 18 – 24/9/2017

	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6	THỨ 7	Chủ Nhật	
<i>Sáng</i>							Phở bò	Bánh ngọt + sữa
<i>Trưa</i>	THỰC ĐƠN THCS, THPT						<i>Vịt nấu chao</i>	<i>Bò cuộn nấm kiem chi</i>
							<i>Tôm bào chiên giòn</i>	<i>Ba chỉ rang cháy cạnh</i>
							<i>Thịt băm sốt cà chua</i>	<i>Đậu nhồi thịt sốt cà chua</i>
							<i>Rau bắp cải luộc</i>	<i>Khoai tây xào</i>
							<i>Nước bắp cải luộc</i>	<i>Canh cải thịt</i>
							<i>Cơm tấm</i>	<i>Cơm tấm</i>
							<i>Thanh long</i>	<i>ổi chín</i>
<i>Tối</i>	<i>Bò xào dưa giòn</i>	<i>Cánh gà nướng chanh sả</i>	<i>Chân giò luộc</i>	<i>Thịt lợn nướng</i>	<i>Ba chỉ quay</i>	<i>Cá lăng nướng giềng</i>	<i>ốc xào chuối đậu</i>	
	<i>Mực chiên bơ</i>	<i>Sườn xào chua ngọt</i>	<i>Gà ta nướng lá chanh</i>	<i>Mực xào cần tỏi</i>	<i>Gà xiên nướng</i>	<i>Thịt lợn kho tàu</i>	<i>Thịt xiên nướng</i>	
	<i>Ba chỉ rang cháy cạnh</i>	<i>Trứng đúc thịt</i>	<i>Bò chiên Thái Lan</i>	<i>Ngan rang húng quế</i>	<i>ốc xào sả ớt</i>	<i>Gà rang lá chanh</i>	<i>Bê xào sả ớt</i>	
	<i>Bắp cải luộc</i>	<i>Rau muống xào tỏi</i>	<i>Rau cải ngồng xào</i>	<i>Hoa lơ xào</i>	<i>Ngọn susu xào tỏi</i>	<i>Rau muống xào</i>	<i>Rau cải ngồng xào</i>	
	<i>Canh khoai nấu sườn</i>	<i>Nước rau dâm chua</i>	<i>Canh rau ngót</i>	<i>Canh thịt chua</i>	<i>Canh bí nấu xương</i>	<i>Nước rau dâm chua</i>	<i>Canh rau ngót</i>	
	<i>Cơm tấm</i>	<i>Cơm tấm</i>	<i>Cơm tấm</i>	<i>Cơm tấm</i>	<i>Cơm tấm</i>	<i>Cơm tấm</i>	<i>Cơm tấm</i>	
	<i>Nước cam vắt</i>	<i>ổi Thái</i>	<i>Sinh tố xoài</i>	<i>Dưa hấu</i>	<i>Nhãn lông Hưng Yên</i>	<i>Nước chanh</i>	<i>Dưa hấu</i>	

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