

THỰC ĐƠN CANTEEN

(Tuần từ 30/11/2020 đến 04/12/2020)

THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
BỮA SÁNG CANTEEN				
Phở bò	Bánh đa cua nấu riêu	Mỳ Hàn Quốc nấu thịt	Bún măng ngan	Phở gà
Cháo gà + quẩy	Xôi thịt kho trứng	Bánh cuốn + chả lụa	Bò sốt vang + Bánh mỳ	Bánh mỳ kẹp
Bánh mỳ kẹp	Bánh mì kẹp	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp	Xôi gà rút xương bỏ lò
Bánh Donut + Sữa tươi	Bánh kem cuộn + Sữa	Bánh pizza	Bánh custard tươi + Sữa	Bánh trứng muối + Sữa

Lưu ý: Thực đơn có thể được điều chỉnh trong trường hợp nguồn cung cấp thực phẩm không đảm bảo số lượng yêu cầu.

THỰC ĐƠN

(Tuần từ 30/11/2020 đến 04/12/2020)

	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
KHỐI TIỂU HỌC					
SÁNG	Phở bò	Bánh đa cua nấu riêu	Mỳ Hàn Quốc nấu thịt	Bún măng ngan	Phở gà
	Cháo gà + quẩy	Xôi thịt kho trứng	Bánh cuốn + chả lụa	Bò sốt vang + Bánh mỳ	Bánh mỳ kẹp
	Bánh mỳ kẹp	Bánh mì kẹp	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp	Xôi gà rút xương bỏ lò
	Bánh Donut + Sữa tươi	Bánh kem cuộn + Sữa	Bánh pizza	Bánh custard tươi + Sữa	Bánh trứng muối + Sữa
TRƯA	Thịt lợn Escalope	Tôm chiên Hoàng bào	Gà lặc phô mai	Sườn xào chua ngọt	Thịt kho trứng cút
	Gà bỏ lò sốt bơ tỏi	Thịt lợn om nấm	Đậu sốt thịt cà chua	Trứng cuộn phô mai	Cá chiên Hoàng bào
	Đậu cô ve xào	Rau bắp cải luộc	Su su xào tỏi	Rau cải xào tỏi	Khoai tây xào
	Canh cải nấu thịt	Canh bí nấu xương	Canh cua mồng toi	Canh su hào nấu xương	Canh cải nấu thịt
	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám
	Quýt Sài Gòn	Caramel	Đu đủ chín	Trà Thái	Dưa hấu
CHIỀU	Bún thịt nấu cà chua	Súp ngô gà + Bánh mỳ	Phở bò	Cháo sườn + Quẩy	Bánh ngọt + Sữa tươi
KHỐI THCS & THPT					
TRƯA	Cháo tim + Quẩy	Súp tôm Thái Lan	Mỳ Ý trộn kiểu Hàn Quốc	Súp ngô gà	Khoai lang chiên mật ong
	Cá hấp xì dầu	Gà rang muối	Thịt đà điểu xào lăn	Cá chiên bơ chanh	Mực chiên bơ
	Thịt lợn kho trứng cút	Ếch xào măng cay	Tôm chiên Hoàng Bào	Gà nấu cà ri + bánh mỳ	Bò sốt vang + bánh
	Vịt quay Quảng Đông	Sườn rút xương nướng BBQ	Thịt rang mắm tép	Thịt chân giò hấp mắm	Thịt lợn om dừa non
	Bò hầm tiêu xanh	Đậu sốt thịt cà chua	Trứng chung cà chua	Xúc xích nướng	Mỳ xào Singapore
	Đậu cô ve xào + Củ quả luộc + Muối vừng	Bắp cải luộc + Giá đỗ xào	Su su luộc + Muối vừng + Rau bí xào	Rau cải xào nấm + Đậu cove luộc	Khoai tây xào + Salad rau sốt Nhật
	Canh cải nấu thịt	Canh bí nấu xương	Canh cua mồng toi mướt	Canh su hào nấu xương	Canh rau ngót
	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám
Nước chanh vắt	Dưa hấu ép	Nước cam vắt	Chè đỗ đen	Trà sữa Thái Lan	
	Bánh Donut	Ồi dầm muối ớt	Caramel	Quýt Sài Gòn	Dưa hấu

Lưu ý: Thực đơn có thể được điều chỉnh trong trường hợp nguồn cung cấp thực phẩm không đảm bảo số lượng yêu cầu.

THỰC ĐƠN NỘI TRÚ

(Tuần từ 30/11/2020 đến 06/12/2020)

	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6	THỨ 7	Chủ Nhật
SÁNG	THỰC ĐƠN THCS & THPT					Phở gà ta	Bún thịt nấu chua
TRƯA						Cá chiên ngự thiện	Gà bỏ lò sốt kem tươi
						Thịt băm rang hành	Bê xào măng tây
						Bò xào măng trúc	Tôm rang tiêu
						Rau muống xào tỏi	Bắp cải luộc
						Nước rau dầm chua	Canh rau ngót
						Cơm tằm + Dưa hấu	Cơm tằm + Dưa hấu
TỐI	Thịt rang cháy cạnh	Bò bít tết + Khoai tây chiên	Sườn lợn nướng	Bò sốt tiêu đen + Bánh mì	Thịt chân giò hầm	Mực xào cần tỏi	Đậu sốt thịt cà chua
	Gà rút xương áp chảo	Ngan xào húng quế	Thịt kho trứng cút	Tôm nõn xào hoa lơ	Đà điều xào sả ớt	Gà áp chảo	Bò bít tết
	Mực chiên bơ	Trứng cuộn thịt băm	Cá sốt ngũ liễu	Đậu sốt thịt cà chua	Đùi ếch sốt me	Chả lá lốt	Thịt kho tàu
	Bắp cải luộc	Rau muống xào tỏi	Khoai tây xào	Rau lang xào tỏi	Rau bí xào tỏi	Rau cải xào nấm	Khoai tây xào
	Canh bí nấu xương	Nước rau dầm chua	Canh cải nấu thịt	Canh thịt nấu chua	Canh cua mồng tơi	Canh thịt chua	Canh cải thịt
	Cơm tằm	Cơm tằm	Cơm tằm	Cơm tằm	Cơm tằm	Cơm tằm	Cơm tằm
	Dưa vàng	Bánh ngọt + CocaCola	Sinh tố bơ	Hoa quả dầm sữa	Bánh ngọt Pháp	Caramel	Ồi Thái

Lưu ý: Thực đơn có thể được điều chỉnh trong trường hợp nguồn cung cấp thực phẩm không đảm bảo số lượng yêu cầu.