

THỰC ĐƠN CANTEEN

(Tuần từ 18/1/2021 đến 22/1/2021)

	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
	BỮA SÁNG CATEEN				
MORNING	Phở bò	Bún riêu cua thịt thăn	Mỳ Hàn Quốc nấu gà	Bánh đa cá rô nấu riêu	Phở gà nắm
	Cháo sườn + Quẩy	Xôi gà sốt nấm	Bò sốt vang + Bánh mỳ	Cơm gà tay cầm	Xôi thịt kho tàu
	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp
	Bánh kem cuộn + Sữa tươi	Bánh donut + Sữa tươi	Bánh gato + Sữa tươi	Bánh chuối + Sữa tươi	Bánh kem nho + Sữa tươi

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 18/1/2021 đến 22/1/2021)

	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
KHỐI TIỂU HỌC					
SÁNG	Phở bò	Bún riêu cua thịt thăn	Mỳ Hàn Quốc nấu gà	Bánh đa cá rô nấu riêu	Phở gà nấm
	Cháo sườn + Quẩy	Xôi gà sốt nấm	Bò sốt vang + Bánh mỳ	Cơm gà tay cầm	Xôi thịt kho tàu
	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp
	Bánh kem cuộn + Sữa tươi	Bánh donut + Sữa tươi	Bánh gato + Sữa tươi	Bánh chuối + Sữa tươi	Bánh kem nho + Sữa tươi
TRƯA	Thịt lợn kho giò	Tôm xào ngũ sắc	Sườn xào chua ngọt	Bò sốt BBQ	Gà rút xương bỏ lò
	Cá chiên bơ chanh	Gà nướng lá chanh	Trứng cuộn pho mát	Thịt Escalope	Đậu sốt thịt cà chua
	Rau cải chíp luộc	Khoai tây xào	Bắp cải luộc	Rau cải xào nấm	Su hào xào
	Canh nấm Thái lan	Canh cải nấu thịt	Canh bí nấu xương	Canh su hào nấu xương	Canh thịt nấu chua
	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám
	Dưa hấu	Nước cam vắt	Sữa chua hoa quả	Bưởi Diễn	Trà Thái
CHIỀU	Xôi gấc	Bánh mỳ pa tê Hải Phòng	Cháo cá hồi + Quẩy	Bánh ngọt Pháp + Sữa tươi	Mỳ Hàn Quốc nấu thịt thăn
KHỐI THCS & THPT					
TRƯA	Khoai lang chiên mật ong	Salad rau rau trộn kiểu Thái	Ngô chiên bơ	Cháo sườn + Quẩy	Súp tôm Thái Lan
	Tôm xào thập cẩm	Cá nướng kiểu Thái	Gà rang muối	Bê xào sả ớt	Gà nướng sốt mật ong
	Bò sốt vang + Bánh mỳ	Ngan hấp sốt xì dầu	Sườn lợn om tiêu	Vịt quay Bắc Kinh	Bò nấu cà ri + Bánh mỳ
	Thịt nướng chả	Trứng chung cà chua	Tôm chiên hoàng bào	Mọc viên sốt cà chua	Thịt rang mắm tép



TRƯỜNG QUỐC TẾ CAMBRIDGE

Đậu sốt thịt cà chua	Thịt kho cốt dừa	Mỳ xào thập cẩm	Ngao hấp rượu vang	Trứng cuộn pho mát
Rau cải luộc + Giá đỗ xào	Khoai tây xào + Su su luộc	Bắp cải luộc + Hoa lơ xào tỏi	Rau cải xào nấm + Củ quả luộc	Su hào luộc + Rau bí xào tỏi
Canh nấm Thái Lan	Canh cải nấu thịt	Canh bí nấu xương	Canh su hào nấu xương	Canh thịt nấu chua
Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
Sữa Milo	Nước cam vắt	Dưa hấu ép	Chè đỗ đen	Trà Thái
Bưởi Diễn	bánh Donut	Bánh ngọt Pháp	Ỗi Thái	Sữa chua hoa quả

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 18/1/2021 đến 22/1/2021)

	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6	THỨ 7	Chủ Nhật	
SÁNG							Bún bò Huế	Bánh giò + Trà sữa
TRƯA	THỰC ĐƠN THCS & THPT						Mực xào cần Mỹ	Sườn sốt BBQ
							Ba chỉ rang mắm tép	Trứng cuộn + Rau củ quả
							Gà nướng lá chanh	Bò xào hoa lơ
							Bắp cải luộc	Rau cải xào nấm
							Canh rau ngọt	Canh bí nấu xương
							Cơm tấm	Cơm tấm
							Ôi Thái	Nước chanh leo
							TỐI	Sườn nướng ngũ vị
Mực xào hành nấm	Gà rút xương áp chảo	Bò bít tết + khoai chiên	Bò, gà	Chả lá lốt	Ngan sốt Kikoman	Thịt nướng chanh sả		
Ba chỉ quay tiêu	Tim bầu dục xào cần tỏi	Thịt chân giò luộc	Tôm, sụn non	Cá sốt cà chua	Tôm rim tiêu	Gà rang gừng		
Rau bí xào tỏi	Bắp cải luộc	Ngọn su su xào tỏi	Trứng vịt lộn	Rau muống xào tỏi	Rau lang xào tỏi	Rau su su xào tỏi		
Canh thịt nấu chua	Canh khoai nấu sườn	Canh dưa thịt bò	Rau các loại	Canh củ quả nấu sườn	Canh cải thịt	Canh khoai nấu xương		
Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cocacola	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm		
Quýt Sài Gòn	Nước cam vắt	Sữa chua hoa quả	Bánh ngọt Pháp	Dưa vàng	Sữa chua	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.