

THỰC ĐƠN CANTEEN

(Tuần từ 25/1/2021 đến 29/1/2021)

	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
	BỮA SÁNG CANTEEN				
MORNING	Bún riêu cua thịt bò	Phở gà	Mỳ gạo nấu thịt thăn	Mỳ Hàn Quốc nấu gà	Phở bò
	Xôi thịt kho cốt dừa	Cháo cá hồi + quẩy	Cơm rang tay cầm	Bò sốt vang + Bánh mỳ	Xôi thịt trứng cút
	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp	Bánh mỳ kẹp
	Bánh chuối + Sữa tươi	Bánh kem + Sữa tươi	Bánh donut + Sữa	Bánh nho + Sữa tươi	Bánh gato + 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 25/1/2021 đến 29/1/2021)

	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
KHỐI TIỂU HỌC					
SÁNG	Bún riêu cua thịt bò	Phở gà	Mỳ gạo nấu thịt thăn	Mỳ Hàn Quốc nấu gà	Phở bò
	Xôi thịt kho cốt dừa	Cháo cá hồi + quẩy	Cơm rang tay cầm	Bò sốt vang + Bánh mì	Xôi thịt trứng cút
	Bánh mì kẹp	Bánh mì kẹp	Bánh mì kẹp	Bánh mì kẹp	Bánh mì kẹp
	Bánh chuối + Sữa tươi	Bánh kem + Sữa tươi	Bánh donut + Sữa	Bánh nho + Sữa tươi	Bánh gato + Sữa tươi
TRƯA	Thịt lợn bỏ lò	Sườn lợn xào chua ngọt	Thịt hấp sốt xì dầu	Tôm nỏn chiên bơ	Gà lúc lắc phô mai
	Tôm chiên Hoàng bào	Cá chiên bơ tỏi	Gà nướng mật ong	Thịt kho trứng cút	Đậu sốt thịt cà chua
	Su hào xào	Bắp cải luộc	Rau cải xào nấm	Khoai tây xào	Su su xào tỏi
	Canh cải cúc nấu thịt	Canh khoai nấu xương	Canh su hào nấu xương	Canh cải thịt	Canh thịt nấu chua
	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
	Sữa chua hoa quả	Dưa hấu	Nước cam vắt	Chè đỗ đen	Caramel
CHIỀU	Mỳ Hàn Quốc nấu thịt băm	Bún bò Huế	Xôi gấc	Chào + Quẩy	Bánh donut + Sữa tươi
KHỐI THCS & THPT					
TRƯA	Thịt nướng kiểu Nga	Mọc viên sốt cà chua	Mỳ trộn kiểu Úc	Gà rang muối	Bê xào sả ớt
	Cá chiên kiểu Nhật	Bò Úc xào lúc lắc	Ngan hấp sốt cam Úc	Sườn sốt BBQ	Thịt lợn Escalope
	Gà nấu cà ri + Bánh mì	Thịt lợn hồng xiu	Tôm nỏn xào thập cẩm	Ngao hấp rượu vang	Trứng chưng cà chua
	Đậu phụ Tứ Xuyên	Bún xào Singapore	Thịt rang mắm tép	Bò xào	Vịt rang riêng
	Ngọn su su xào tỏi	Bắp cải xào	Rau cải xào nấm + Su su luộc	Khoai tây xào + Hoa lơ luộc + Muối vừng	Su su luộc + Rau cải xào
	Củ quả luộc + Muối vừng	Hoa lơ luộc + Muối vừng	Canh su hào nấu xương	Canh cải nấu thịt	Canh thịt nấu chua



TRƯỜNG QUỐC TẾ CAMBRIDGE

	Canh cải cúc nấu thịt	Canh khoai nấu xương	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
	Cơm tấm + Ồi Thái	Cơm tấm + Nước chanh	Nước cam vắt	Chè đỗ đen	Sữa mi lô
	Nước trà Thái Lan	Bưởi Diễn	Caramel	Bánh choux kem	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.

THỰC ĐƠN NỘI TRÚ

(Tuần từ 25/1/2021 đến 31/1/2021)

	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6	THỨ 7	Chủ Nhật
SÁNG						Bún thịt cà chua	Bánh giò chả + trà sữa
TRƯA	THỰC ĐƠN THCS & THPT					Thịt quay ngũ vị	Bò bít tết
						Cá hấp sốt xì dầu	Tôm xào hoa lơ
						Bê xào sả ớt	Trứng đúc thịt
						Rau muống luộc	Rau lang xào tỏi
						Nước rau dầm chua	Canh khoai nấu sườn
						Cơm tấm	Cơm tấm
						Đu đủ chín	Cocacola
TỐI	Thịt rang cháy cạnh	Gà nướng lá chanh	Sườn lợn om tiêu	Thịt xiên nướng	Tôm sốt kem nấm	Ngan rút xương nướng	Gà rang gừng
	Mực chiên bơ	Tim bầu dục xào nấm	Cá kho tộ	Đà điều xào nấm tươi	Bò áp chảo sốt tiêu	Thịt chân giò hầm	Thịt hấp sốt BBQ
	Ngan hấp sốt xì dầu	Thịt chiên áp chảo	Bò bít tết	Trứng cuộn phô mai	Đậu nhồi thịt	Trứng ốp lết	Mực chiên bơ
	Bắp cải xào	Rau muống luộc	Ngon su su xào tỏi	rau cải xào tỏi	Khoai tây xào	Rau bí xào tỏi	Rau bắp cải luộc
	Canh thịt chua	Nước rau dầm chua	Canh bí nấu xương	Canh rau ngót	Canh cải thịt	Canh thịt chua	Canh rau ngót
	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
	Sữa chua hoa quả	Nước cam vắt	Bánh chuối	Bánh kem cuộn	Dưa hấu	Sữa chua	Hoa quả dầm

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