



THỰC ĐƠN BÀN TRÚ TUẦN 10
(Từ ngày 07/11 đến ngày 11/11/2022)

STT	Thứ	Món chính	Món mặn	Món canh	Món xào	Tráng miệng	Ăn xế
1	Hai 07/11	Cơm	Thịt kho đậu hũ	Canh mướp, mồng tơi, rau đay nấu cua	Đậu cove xào thịt	Thanh long	SỮA VINAMILK (110 ml)
2	Ba 08/11	Cơm	Thịt bò kho đu đủ	Canh bí xanh nấu tôm	Rau muống xào tỏi	Rau câu	YAOURT TRẮNG (70GR)
3	Tư 09/11	Cơm	Gà kho nấm	Rau má nấu thịt	Cải thảo xào thịt	Quýt	BÁNH BÔNG LAN (40G)
4	Năm 10/11	Cơm	Cá lóc bông xốt cà	Canh chua	Củ sắn, su su xào đậu phộng	Đu đủ	SỮA VINAMILK (110 ml)
5	Sáu 11/11	Cơm	Thịt heo kho thơm	Khoai tây, khoai lang, cà rốt nấu thịt	Cải ngồng xào thịt	Dưa hấu	BÁNH MÌ CUA PHÔ MAI (30GR)