



**THỰC ĐƠN BÁN TRÚ TUẦN 3**  
(Từ ngày 19/9 đến ngày 23/9/2022)

STT	Thứ	Món chính	Món mặn	Món canh	Món xào	Tráng miệng	Ăn xế
1	Hai 19/9	Cơm	Bò kho	Canh mướp, mồng tơi, rau dền cơm nấu tôm	Bắp cải xào thịt	Quýt	SỮA VINAMILK (110 ml)
2	Ba 20/9	Cơm	Thịt kho đậu hũ	Canh cà chua, giá nấu trứng	Rau muống xào tỏi	Nhãn	PUDING DỪA BẮP (50GR)
3	Tư 21/9	Cơm	Gà kho sả	Canh chua nấu thịt	Đậu cove xào	Dừa hấu	NƯỚC NHA ĐAM (100ml)
4	Năm 22/9	Cơm	Tôm, thịt kho	Canh củ mỡ nấu thịt	Củ sắn, su su xào đậu phộng	Thanh long	YAOURT TRẮNG/DÂU (70GR)
5	Sáu 23/9	Cơm	Cá hứ xốt cà	Canh cải chua, giá nấu cá	Cải ngọt xào thịt	Chuối	SỮA VINAMILK (110 ml)