

SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 2 – THÁNG 12/2016



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHE BUỔI CHIỀU		
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ			
7	HAI	05/12/2016	Canh bí đao nấu tôm	Cải ngọt xào	Đùi gà quay	Khoai tây bỏ lò trộn trứng	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh AFC	Nước trái cây các loại	
			Cơm trắng/ bánh mì		Cá diêu hồng chiên mắm	Nạc vai xào đậu ve				Sữa tươi	
	BA	06/12/2016	Canh rau thịt bò	Bún trộn tôm thịt	Thịt heo kho sả	Tôm xào rau củ	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh waffle	Nước trái cây các loại	
			Cơm trắng/ bánh mì		Gà rô ti	Cá ba sa xào chua ngọt				Sữa tươi	
	TƯ	07/12/2016	Canh mồng tơi nấu tôm	Bắp cải trộn sốt mayo	Cánh gà nướng sốt BBQ	Heo kho đậu khuôn	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh mì thịt xú	Nước trái cây các loại	
			Cơm trắng/ bánh mì		Cốt lết nướng sả	Mít non kho thịt				Sữa tươi	
	NĂM	08/12/2016	Canh rau củ nấu thịt	Su hào xào	Heo hun mè	Trứng cút sốt chua ngọt	Trái cây	Món Âu + Á	Gà viên chiên	Nước trái cây các loại	
			Cơm trắng/ bánh mì		Gà rán sốt cay	Heo kho củ cải				Sữa chua	
	SÁU	09/12/2016		Rau thơm các loại	Rau sống	Bún xương chả	Mỳ Quảng gà	Trái cây	Món Á	Bánh Pateso	Nước trái cây các loại
											Sữa tươi

SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 2 – THÁNG 12/2016



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU		
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ			
8	HAI	12/12/2016	Canh bí đỏ thịt	Bầu xào	Heo nấu nước mắm	Trứng cút kho tàu	Trái cây	Món Âu + Á	Pizza gà nấm	Nước trái cây các loại	
			Cơm trắng/ bánh mì		Cánh gà nướng tỏi	Thịt heo xào bắp cải				Sữa tươi	
	BA	13/12/2016	Canh rau ngót nấu tôm	Cà chua, xà lách	Cơm tấm sườn chả	Cơm gà đùi roti	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh AFC	Kem flan	
			Bánh mì							Sữa tươi	
	TU'	14/12/2016	Canh mướp nấu tôm	Rau củ xào	Gà nướng lá thyme	Trứng luộc	Trái cây	Món Âu + Á	Cốc xoài lắc	Nước trái cây các loại	
			Cơm trắng/ bánh mì		Cá lóc kho nghệ	Heo xào chua ngọt				Sữa tươi	
	NĂM	15/12/2016	Canh cải thịt nạc	Mướp xào	Sườn heo nướng BBQ	Thịt heo om nấm	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh Donut	Nước trái cây các loại	
			Cơm trắng/ bánh mì		Gà nướng lá chanh	Cá viên sốt dầu hào				Sữa tươi	
	SÁU	16/12/2016	Bánh mì	Rau thơm các loại	Rau sống	Bánh cuốn chả	Bò kho	Trái cây	Món Á	Rau câu 3 vị	Nước trái cây các loại
				Sữa tươi							