

# SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

## THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 4 – THÁNG 05/2016



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ	BỮA NHÉ	TRÁNG MIỆNG/ ĐỒ UỐNG
1	HAI	02/05/2016	Canh rau bồ ngót nấu tôm + cơm trắng	Rau cải luộc	Gà kho sả	Rau củ xào thịt bò	Trái cây	Món Á	Bánh quy hương chuối	Sữa tươi
	BA	03/05/2016	Canh bí đỏ nấu thịt + cơm trắng	Đậu ve xào	Cánh gà chiên mắm	Omelet	Trái cây	Món Âu	Bánh táo	Nước chanh dây
	TƯ	04/05/2016		Rau sống	Bún bò Huế		Trái cây	Món Á	Gỏi cuốn	Sữa chua
	NĂM	05/05/2016	Canh bí đao nấu tôm + cơm trắng	Rau củ trộn dầu giấm	Sườn heo nướng sốt BBQ	Khoai tây nướng trứng	Trái cây	Món Âu	Bánh gối nhân gà cary	Nước trái cây
	SÁU	06/05/2016	Canh rau mồng tơi nấu thịt + cơm trắng	Su su xào	Cá điêu hồng sốt cà	Gà xào chua ngọt	Trái cây	Món Á	Pizza rau củ	Sữa tươi

# SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

## THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 4 – THÁNG 05/2016



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ	BỮA NHÉ	TRÁNG MIỆNG/ ĐỒ UỐNG
2	HAI	09/05/2016	Canh bí đao nấu tôm + cơm trắng	Bắp cải xào	Thịt heo kho tàu	Tôm rang muối	Trái cây	Món Á	Muffin vanilla	Nước chanh dây
	BA	10/05/2016	Canh rau mồng tơi thịt heo + cơm trắng	Bí đỏ bỏ lò	Bò sốt lá thyme	Chả tôm rau củ	Trái cây	Món Âu	Bánh dorayaky nhân đậu đỏ	Sữa tươi
	TU	11/05/2016	Canh rau bò ngọt thịt bò + cơm trắng	Rau bó xôi luộc	Gà kho sả	Heo xào bông cải trắng kiểu Trung Hoa	Trái cây	Món Á	Pizza gà nấm	Nước trái cây
	NĂM	12/05/2016	Canh khoai tây thịt heo + cơm trắng	Bí ngò hấp, sốt mayonnaise	Sườn nướng	Trứng ốp la	Trái cây	Món Âu	Bánh mì hành zăm bông	Sữa tươi
	SÁU	13/05/2016		Rau thơm	Cà ri gà + bánh mì		Trái cây	Món Á	Bánh bao nhân trứng cút	Nước trái cây



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ	BỮA NHÉ	TRÁNG MIỆNG/ ĐỒ UỐNG
3	HAI	16/05/2016	Canh rau dền thịt bò + cơm trắng	Đậu ve xào	Cánh gà chiên mắm	Tôm rang me	Trái cây	Món Á	Bánh xoắn cây	Nước chanh dây
	BA	17/05/2016	Canh rau tần ô thịt heo + cơm trắng	Rau củ tẩm bột chiên	Mỳ Ý sốt tôm		Trái cây	Món Âu	Bánh mỳ thịt xiu	Sữa tươi
	TU'	18/05/2016	Canh bầu nấu tôm + cơm trắng	Su hào xào	Gà teriyaki kiểu Nhật	Thịt heo cuộn lá lốt	Trái cây	Món Á	Cá viên chiên	Nước trái cây
	NĂM	19/05/2016		Xà lách	Bánh bơ gơ bò		Trái cây	Món Âu	Muffin vanilla	Sữa tươi
	SÁU	20/05/2016		Rau thơm	Bánh canh xương, trứng cút, quẩy		Trái cây	Món Á	Bánh Pateso	Nước trái cây



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ	BỮA NHÉ	TRÁNG MIỆNG/ ĐỒ UỐNG
4	HAI	23/05/2016	Canh bí đao tôm + cơm trắng	Su hào xào tôm	Cá basa kho	Xiêu mại	Trái cây	Món Á	Bánh gối nhân thịt	Sữa tươi
	BA	24/05/2016	Canh rau cải nấu tôm	Cà chua, xà lách	Cơm tấm sườn chả		Trái cây	Món Á	Bánh Donut	Nước trái cây
	TƯ	25/05/2016	Canh bí đỏ thịt bò + cơm trắng	Bắp cải trộn sốt mayonnaise	Cá điêu hồng nướng sốt bơ	Tôm xóc tỏi	Trái cây	Món Âu	Bánh mì xúc xích	Rau câu
	NĂM	26/05/2016	Canh rau mồng tơi + cơm trắng	Rau muống trộn mè	Gà rô ti	Trứng cút kho Tàu	Trái cây	Món Á	Bánh cà rốt	Nước chanh dây
	SÁU	27/05/2016		Rau sống	Hủ tiếu sườn		Trái cây	Món Âu	Súp rau củ thịt bò	Sữa chua

# SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

## THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 4 – THÁNG 05/2016



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHE BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ	BỮA NHE	TRÁNG MIỆNG/ ĐỒ UỐNG
5	HAI	30/05/2016	Canh rau cải nấu thịt + cơm trắng	Bún trộn thịt kiểu Hàn	Tôm kho tộ	Đậu phụ rán trứng kiểu Hàn	Trái cây	Món Á	Bánh crepe	Nước chanh dây
	BA	31/05/2016	Canh rau dền thịt bò + cơm trắng	Bông cải xanh luộc	Gà nướng sốt BBQ	Bí đỏ nướng với thịt heo xông khói	Trái cây	Món Âu	Bánh mì sữa	Sữa chua
	TƯ	01/06/2016	Canh bầu nấu tôm	Cà chua xà lách	Cơm gà Hội An		Trái cây	Món Việt	Bánh chuối	Sữa tươi
	NĂM	02/06/2016	Canh mướp thịt heo + cơm trắng	Nấm xào rau củ thịt bò	Sườn nướng kiểu Hàn	Bò xào thơm cà	Trái cây	Món Á	Bánh quy giòn	Nước cam
	SÁU	03/06/2016		Rau thơm	Mì hoành thánh xá xíu		Trái cây	Món Á	Bánh bao nhân thịt gà	Nước ép táo