

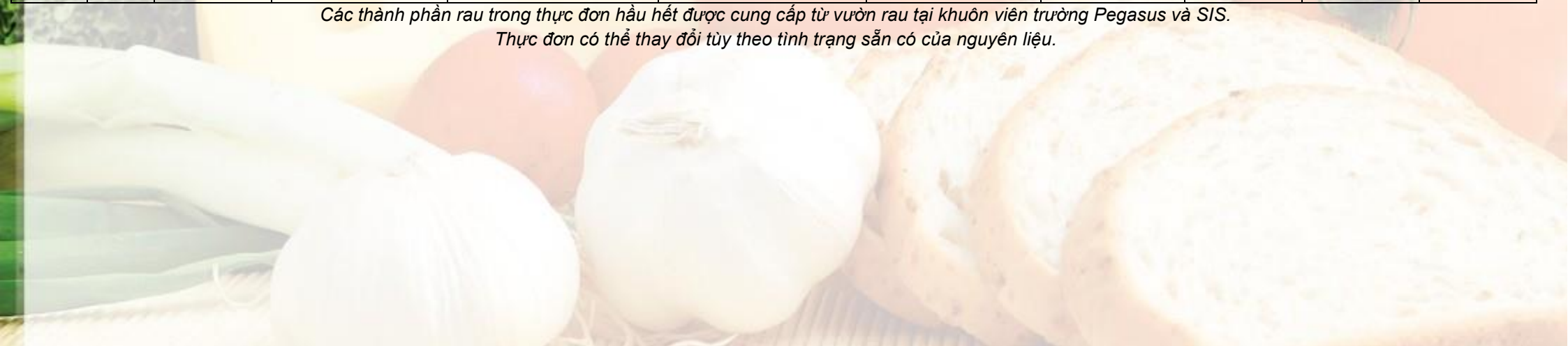
SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 1 – MẪU GIÁO – THÁNG 9/2025



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA NHÉ BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA					BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
					MÓN CHÍNH	MÓN PHỤ	RAU	SÚP/ CANH/CƠM	TRÁNG MIỆNG		
5	TU'	03/9/2025	Ngũ cốc	Sữa tươi	Nui sốt hải sản kem nấm		Salad xà lách, cà chua, dưa leo trộn sốt Mayonnasie	Canh củ quả nấu thịt	Trái cây	Sữa chua Vinamilk	
	NĂM	04/9/2025	Cháo gà	Sữa tươi	Thăn heo đốt lò sốt vang đỏ	Trứng omelet với phô mai	Salad trộn sốt Thousand Island	Canh bí đao nấu thịt	Trái cây	Trái cây	Sữa tươi
	SÁU	05/9/2025	Sữa chua Vinamilk		Chả gà cuộn rong biển sốt rau mùi	Bắp xào bơ tỏi	Salad dưa leo sốt dầu giấm	Canh rong biển nấu tôm	Trái cây	Bánh cupcake kem tươi	Sữa tươi

Các thành phần rau trong thực đơn hầu hết được cung cấp từ vườn rau tại khuôn viên trường Pegasus và SIS.
Thực đơn có thể thay đổi tùy theo tình trạng sẵn có của nguyên liệu.



SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 1 – MẪU GIÁO – THÁNG 9/2025



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA NHÉ BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA					BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
					MÓN CHÍNH	MÓN PHỤ	RAU	SÚP/ CANH/CƠM	TRÁI MIỆNG		
6	HAI	08/9/2025	Bánh kem bơ Magic	Sữa tươi	Gà đút lò sốt mù tạt	Đậu cô-ve xào thịt	Salad Nga	Canh củ quả nấu thịt	Trái cây	Sữa chua Vinamilk	
								Cơm trắng			
	BA	09/9/2025	Trái cây	Sữa tươi	Cá chiên sốt phô mai	Gỏi tôm với mắm chua ngọt	Rau muống xào tỏi	Canh rau ngót nấu tôm	Trái cây	Thạch rau câu vị cacao	Sữa chua uống
								Cơm trắng			
	TU	10/9/2025	Bánh su kem	Nước ép táo	Heo cốt-lết sốt mật ong	Mỳ Quảng trộn tôm thịt	Salad xanh trộn dầu giấm	Canh mồng tơi nấu thịt	Trái cây	Bánh Donut	Sữa tươi
								Cơm trắng			
	NĂM	11/9/2025	Cháo thịt bò băm	Sữa tươi	Cá phi lê áp chảo sốt chanh dây	Trứng và bí ngòi đút lò kiểu Úc	Cải thảo xào cà- rốt	Canh rong biển nấu tôm	Trái cây	Trái cây	Sữa tươi
								Cơm trắng			
	SÁU	12/9/2025	Sữa chua Vinamilk		Bò hầm củ quả phục vụ với bánh mỳ		Rau thơm các loại		Trái cây	Bánh bông lan vị dừa	Sữa tươi

Các thành phần rau trong thực đơn hầu hết được cung cấp từ vườn rau tại khuôn viên trường Pegasus và SIS.
Thực đơn có thể thay đổi tùy theo tình trạng sẵn có của nguyên liệu.

SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 1 – MẪU GIÁO – THÁNG 9/2025



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA NHE BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA					BỮA NHE BUỔI CHIỀU	
					MÓN CHÍNH	MÓN PHỤ	RAU	SÚP/ CANH/CƠM	TRÁNG MIỆNG		
7	HAI	15/9/2025	Sữa chua Vinamilk		Gà phi lê áp chảo sốt kem nấm	Củ đậu xào tôm	Salad trộn cá hộp	Canh cải nấu thịt	Trái cây	Bánh quy sữa Cosy	Sữa tươi
								Cơm trắng			
	BA	16/9/2025	Trái cây	Sữa tươi	Cá chiên sốt mắm chua ngọt	Đậu khuôn nhồi thịt băm và nấm mèo	Bắp su trắng xào cà-rốt và ớt chuông xanh	Canh bầu nấu tôm	Trái cây	Bánh bông lan kem bơ	Sữa chua uống
								Cơm trắng			
	TU	17/9/2025	Bánh chuối	Nước ép táo	Mỳ ống sốt kem với thịt xông khói	Khoai lang nướng mật ong	Salad xà lách, cà chua, dưa leo trộn sốt Mayonnaise	Canh cà chua trứng	Trái cây	Trái cây	Sữa tươi
	NĂM	18/9/2025	Cháo tôm	Sữa tươi	Tôm tẩm bột chiên giòn	Miến trộn thịt băm	Cải thìa xào nấm với dầu hào	Canh rong biển nấu tôm	Trái cây	Bánh mì Socola	Sữa tươi
								Cơm trắng			
	SÁU	19/9/2025	Sữa chua Vinamilk		Pizza thịt nguội	Khoai tây nướng bơ	Salad xanh trộn dầu giấm	Canh gà cải thảo	Trái cây	Xôi viên ăn kèm chà bông	Sữa tươi

Các thành phần rau trong thực đơn hầu hết được cung cấp từ vườn rau tại khuôn viên trường Pegasus và SIS.
Thực đơn có thể thay đổi tùy theo tình trạng sẵn có của nguyên liệu.

SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 1 – MẪU GIÁO – THÁNG 9/2025



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA NHE BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA					BỮA NHE BUỔI CHIỀU	
					MÓN CHÍNH	MÓN PHỤ	RAU	SÚP/ CANH/CƠM	TRÁNG MIỆNG		
8	HAI	22/9/2025	Bánh xốp giòn	Sữa tươi	Chả gà sốt cà chua với thịt xông khói	Bí đao xào tôm	Bí đỏ luộc với lá Oregano	Canh củ quả nấu thịt	Trái cây	Sữa chua Vinamilk	
								Cơm trắng			
	BA	23/9/2025	Trái cây	Sữa tươi	Thịt heo luộc sốt BBQ	Trứng cút sốt mắm chua ngọt	Salad trộn sốt Tarta	Canh rong biển nấu tôm	Trái cây	Bánh mì dừa	Sữa chua uống
								Cơm trắng			
	TU	24/9/2025	Bánh cà rốt	Nước ép táo	Gà hầm bột chiên giòn sốt phô-mai	Nui xào thịt băm	Salad tôm trộn khoai tây và sốt Mayonnaise	Canh đu đủ nấu thịt	Trái cây	Bánh Tart vị trái cây	Sữa tươi
	NĂM	25/9/2025	Súp hải sản	Sữa tươi	Cá nướng sốt Teriyaki	Trứng chiên	Khoai tây nướng mật ong với hạt thì là	Canh rau muống nấu tôm	Trái cây	Bánh sừng bò	Sữa tươi
								Cơm trắng			
	SÁU	26/9/2025	Sữa chua Vinamilk		Phở bò		Rau thơm các loại		Trái cây	Bánh cupcake chà bông	Sữa tươi

Các thành phần rau trong thực đơn hầu hết được cung cấp từ vườn rau tại khuôn viên trường Pegasus và SIS.

Thực đơn có thể thay đổi tùy theo tình trạng sẵn có của nguyên liệu.

SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 1 – MẪU GIÁO – THÁNG 9/2025



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA NHÉ BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA					BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
					MÓN CHÍNH	MÓN PHỤ	RAU	SÚP/ CANH/CƠM	TRÁNG MIỆNG		
9	HAI	29/9/2025	Bánh gạo	Sữa tươi	Cá phi lê chiên trứng sốt phô mai	Cà tím sốt thịt băm	Salad trộn sốt Mayonnaise	Canh cải ngọt nấu thịt	Trái cây	Sữa chua Vinamilk	
								Cơm trắng			
	BA	30/9/2025	Trái cây	Sữa tươi	Xíu mại viên sốt cà chua	Gỏi salad thanh cua	Rau củ nướng bơ	Canh bầu nấu tôm	Trái cây	Xôi dừa ăn kèm muối đậu	Sữa chua uống
								Cơm trắng			
	TU	01/10/2025	Bánh su kem	Nước ép táo	Gà nướng mật ong	Khoai tây xào tôm	Salad trộn sốt Thousand Island	Canh rong biển nấu tôm	Trái cây	Bánh Tart vị bơ sữa	Sữa tươi
	NĂM	02/10/2025	Súp gà	Sữa tươi	Sườn heo nướng sốt BBQ	Bánh xèo Hàn	Cải thìa xào nấm với cà rốt	Canh cải thảo nấu thịt	Trái cây	Trái cây	Sữa tươi
Cơm trắng											
SÁU	03/10/2025	Sữa chua Vinamilk		Mỳ Ý sốt thịt bò băm			Salad Nga	Canh củ quả nấu thịt	Trái cây	Bánh cupcake kem tươi	Sữa tươi

Các thành phần rau trong thực đơn hầu hết được cung cấp từ vườn rau tại khuôn viên trường Pegasus và SIS.

Thực đơn có thể thay đổi tùy theo tình trạng sẵn có của nguyên liệu.