SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THƯC ĐƠN HOC PHẦN 3 – THÁNG 02/2017

TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHẸ BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ		
4	HAI	06/02/2017	Canh bí đao nấu thịt	Cải thảo xào	Heo nấu mắm	Trứng cút kho tàu	Trái cây	Món Á	Bánh AFC	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng / bánh mỳ		Cá diêu hồng chiên	Đậu khuôn nhồi thịt sốt cà				Sữa tươi
	BA	07/02/2017	Canh rau ngót thịt bò	Khoai tây ngũ vị	Gà nướng sốt BBQ	Nạc vai xào lăn	Trái cây	Món Âu + Á	Heo xiên nướng	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng / bánh mỳ		Sườn heo hon mè	Tôm sốt nước dừa				Sữa tươi
	TƯ	08/02/2017		Rau củ luộc	Mỳ Ý sốt bolognaise	Mỳ Ý sốt gà viên	Trái cây	Món Âu	Bánh waffle	Sữa chua
										Sữa tươi
	NĂM	09/02/2017	Canh tần ô nấu tôm	Nấm xào rau củ thịt	Cá basa kho tàu	Xíu mại	Trái cây	Món Âu + Á	Gà viên chiên	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng / bánh mỳ		Gà sa tế	Sườn heo hầm đu đủ				Sữa tươi
	SÁU	10/02/2017	Bánh mỳ	Rau sống/ Rau thơm các loại	Mì hoành thánh xá xíu	Bò kho	Trái cây	Món Á	Bánh bao nhân thịt gà	Nước trái cây các loại
										Sữa tươi

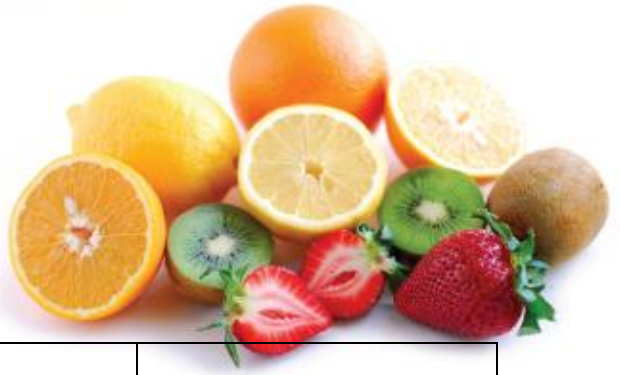
SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THƯC ĐƠN HOC PHẦN 3 – THÁNG 02/2017

TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHẸ BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ		
5	HAI	13/02/2017	Canh rau ngót thịt bò	Rau cải luộc	Gà nướng mật ong	Đậu khuôn nhồi thịt	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh solite kem bơ	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng / bánh mỳ		Heo rang tôm	Cá viên sốt dầu hào				Sữa tươi
	BA	14/02/2017	Canh bí đao tôm	Bầu xào	Gà quay ngũ vị	Bầu nhồi thịt om	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh crepes, mật ong	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng / bánh mỳ		Sườn heo nướng BBQ	Trứng ốp la				Sữa tươi
	TƯ	15/02/2017	Canh đậu khuôn cà chua thịt bò	Su su xào	Cá diều hồng sốt cà	Nạc vai xào rau củ	Trái cây	Món Âu + Á	Thịt viên chiên giòn	Kem flan
			Cơm trắng / bánh mỳ		Heo nướng giòn da	Đậu ve nạc vai xào nấm				Sữa tươi
	NĂM	16/02/2017	Canh rau mồng tơi nấu thịt	Rau củ xào	Cánh gà chiên mắm	Tôm xào mướp	Trái cây	Món Á	Pizza thịt hầm	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng / bánh mỳ		Heo quay	Gà xé rau răm				Sữa chua
	SÁU	17/02/2017	Bánh mỳ	Rau thơm các loại	Ragu heo	Cari gà	Trái cây	Món Á	Rau câu dừa	Nước trái cây các loại
										Sữa tươi

SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THƯC ĐƠN HOC PHẦN 3 – THÁNG 02 2017



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHẸ BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ		
6	HAI	20/02/2017	Canh bí đỏ thịt nạc	Rau muống xào tỏi	Bò rim sả	Heo kho mít non	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh gạo	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng/ bánh mỳ		Gà sốt chua cay	Bún trộn tôm thịt				Sữa tươi
	BA	21/02/2017	Canh rau nấu thịt	Cà tím nướng sốt xì dầu	Cá basa kho tàu	Trứng luộc	Trái cây	Món Á	Bánh gối thịt heo	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng/ bánh mỳ		Nem nướng	Nạc vai xào lăn				Sữa tươi
	TƯ	22/02/2017		Rau củ tẩm bột chiên	Mỳ trứng xào gà	Mỳ trứng xào hải sản	Trái cây	Món Âu + Á	Gà xiên nướng	Nước trái cây các loại
										Sữa tươi
	NĂM	23/02/2017	Canh su su thịt heo	Bắp su xào	Heo quay	Khoai tây trộn trứng sốt mayo	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh dorayaky nhân đậu đỏ	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng/ bánh mỳ		Cánh gà nướng	Heo kho su hào				Sữa tươi
	SÁU	24/02/2017		Rau sống	Bún thịt nướng	Mỳ sườn heo	Trái cây	Món Á	Bánh bông lan kem bơ	Nước trái cây các loại
										Sữa tươi