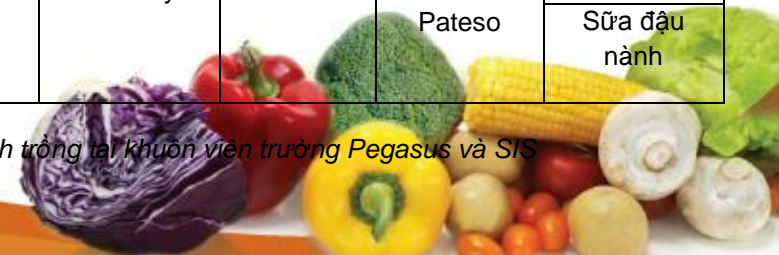


## THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 3 – THÁNG 4/2017



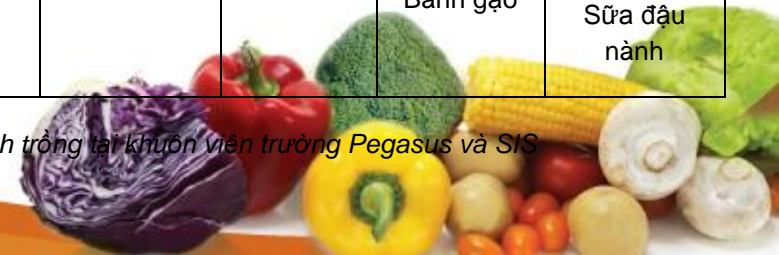
TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA NHÉ BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA						BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
					SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ		
9	HAI	03/04/2017	Thanh long	Sữa tươi	Canh bầu nấu tôm	Rau muống trộn mè giá đỗ	Gà nướng sốt teriyaki	Tôm xào rau củ	Trái cây	Món Á	Bánh AFC	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa đậu nành
	BA	04/04/2017	Ngũ cốc	Sữa tươi	Canh rau bô ngọt thịt bò	Su su xào	Thịt heo kho sả	Trứng chiên	Trái cây	Món Âu + Á	Rau câu dừa	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
	TƯ	05/04/2017	Nho	Sữa đậu nành	Canh mồng tơi nấu tôm	Khoai lang tẩm bột chiên lác gia vị	Bò bít tết		Trái cây	Món Âu	Bánh waffle	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
NĂM	06/04/2017	Nghỉ lễ										
SÁU	07/04/2017	Dưa hấu	Sữa tươi		Rau sống/Rau thơm các loại	Bún thịt chả		Trái cây	Món Á	Bánh Pateso	Nước trái cây các loại	
											Sữa đậu nành	

Các thành phần rau, củ, quả trong Thực đơn hầu hết được cung cấp từ vườn rau, gia vị, cây ăn quả sạch trồng tại khuôn viên trường Pegasus và SIS





TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA NHE BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA						BỮA NHE BUỔI CHIỀU	
					SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ		
10	HAI	10/04/2017	Dưa hấu	Sữa tươi	Canh bí đao nấu tôm	Rau củ luộc mắm kho quẹt	Heo kho trứng	Miến xào tôm đậu ve	Trái cây	Món Á	Bánh Solite	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
	BA	11/04/2017	Bánh gạo	Nước táo ép	Canh rau cải thịt gà	Cà chua, dưa leo xà lách	Cơm tấm sườn chả		Trái cây	Món Á	Pizza thịt hầm	Kem flan
					Sữa đậu nành							Sữa đậu nành
	TƯ	12/04/2017	Ngũ cốc	Sữa đậu nành	Canh mướp nấu tôm	Cải thìa xào dầu hào	Cá ba sa kho nghệ	Heo viên sốt dầu hào	Trái cây	Món Âu + Á	Cookies	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
	NĂM	13/04/2017	Chuối	Sữa chua	Canh bắp cải thịt nạc	Cải ngọt xào	Gà nướng lá chanh	Heo om nầm	Trái cây	Món Âu + Á	Donut	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
	SÁU	14/04/2017	Bánh sừng trâu	Sữa tươi		Rau sống/Rau thơm các loại	Cary heo		Trái cây	Món Á	Bánh gạo	Nước trái cây các loại
												Sữa đậu nành





TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA NHÉ BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA						BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
					SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ		
11	HAI	17/04/2017	Dưa hấu	Sữa tươi	Canh mỏng tơi nấu tôm	Cải thảo xào	Cá kho	Đậu khuôn kho thịt xi dầu	Trái cây	Món Á	Bánh AFC	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
	BA	18/04/2017	Bánh Danish	Sữa tươi	Canh tần ô nấu thịt	Bó xôi luộc	Heo hon mè	Tôm xào mướt	Trái cây	Món Âu + Á	Cookies	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa đậu nành
	TƯ	19/04/2017	Nho	Sữa đậu nành	Canh củ cải nấu tôm	Rau củ luộc	Mỳ Ý sốt gà viên		Trái cây	Món Âu	Bánh waffle	Sữa chua
												Sữa tươi
NĂM	20/04/2017	Bánh sừng trâu	Sữa tươi	Canh rau củ nạc xay	Nấm xào rau củ thịt	Cá basa nướng	Trứng ốp la	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh bò bía	Nước trái cây các loại	
				Cơm trắng							Sữa tươi	
SÁU	21/04/2017	Đu đủ	Sữa tươi		Rau sống/Rau thơm các loại	Mỳ hoành thánh xá xíu		Trái cây	Món Á	Bánh bao nhân thịt gà	Nước trái cây các loại	
											Sữa đậu nành	

