

SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 3 – MẪU GIÁO – THÁNG 04/2023



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA NHÉ BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA					BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
					MÓN CHÍNH	MÓN PHỤ	RAU	SÚP/ CANH	TRÁNG MIỆNG		
10	HAI	03/04/2023	Bánh quy sữa	Sữa tươi	Thăn heo nướng sốt mật ong đồ	Trứng khuấy với thịt xông khói	Khoai lang tím nướng	Canh cải thảo nấu thịt	Trái cây tươi	Bánh óng hương dâu	Sữa tươi
							Cơm trắng				
	BA	04/04/2023	Trái cây	Sữa tươi	Cá tươi chiên sốt chua ngọt	Bắp xào bơ	Cải thìa xào tỏi	Canh cải cay nấu tôm	Trái cây tươi	Bánh mì nhân dừa	Sữa tươi
								Cơm trắng			
	TU	05/04/2023	Bánh bông lan sốt bơ	Nước ép táo	Mỳ Ý sốt kem nấm với thịt xông khói			Salad Nga	Canh mồng tơi nấu thịt	Trái cây tươi	Bánh xốp giòn
NĂM	06/04/2023	Súp gà bắp non	Sữa tươi	Cá phi lê áp chảo sốt bơ chanh	Đậu khuôn chiên mắm	Bí đỏ nướng lá Oregano	Canh rong biển nấu tôm	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Sữa tươi	
							Cơm trắng				
SÁU	07/04/2023	Bánh quy sô-cô-la	Yoghurt	Gà hầm vang đỏ phục vụ bánh mì			Rau thơm các loại	Cơm trắng	Trái cây tươi	Bánh xếp nhân thịt	Sữa tươi
							Bánh mì				

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 4 – MẪU GIÁO – THÁNG 04/2023



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA NHỆ BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA					BỮA NHỆ BUỔI CHIỀU	
					MÓN CHÍNH	MÓN PHỤ	RAU	SÚP/ CANH	TRÁNG MIỆNG		
1	HAI	17/04/2023	Bánh Magic kem bơ	Sữa tươi	Gà tấm bột chiên giòn	Khoai lang dứt lò với bơ	Rau muống xào tỏi	Canh tần ô nấu thịt Cơm trắng	Trái cây tươi	Bánh mì ngọt với mứt dâu	Sữa tươi
	BA	18/04/2023	Trái cây tươi	Sữa tươi	Thăn heo dứt lò sốt BBQ	Khoai tây chiên	Salad xanh trộn dầu giấm	Canh cải nấu tôm Cơm trắng	Trái cây tươi	Bánh Solite vị trứng	Sữa tươi
	TƯ	19/04/2023	Bánh bông lan sô-cô-la	Nước ép táo	Bò hầm vang đỏ	Bánh xèo Hàn	Đậu ve xào cà rốt với thịt heo	Canh bí đao nấu thịt Cơm trắng/Bánh mì	Trái cây tươi	Xúc xích nướng	Sữa tươi
	NĂM	20/04/2023	Cháo bò băm	Sữa tươi	Cá nướng với sốt phô-mai	Trứng chiên cuộn	Salad bí đỏ nướng & đậu Hà Lan	Canh rong biển nấu tôm Cơm trắng	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Sữa tươi
	SÁU	21/04/2023	Bánh chuối	Sữa chua uống	Mỳ trứng với gà nướng & sốt Teriyaki		Khoai lang dứt lò	Súp gà và hành tây	Trái cây tươi	Bánh mì hoa cúc với hạnh nhân	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.



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA NHỆ BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA					BỮA NHỆ BUỔI CHIỀU	
					MÓN CHÍNH	MÓN PHỤ	RAU	SÚP/ CANH	TRÁNG MIỆNG		
2	HAI	24/04/2023	Ngũ cốc	Sữa tươi	Tôm tẩm bột chiên giòn	Bí đỏ luộc	Salad Nga	Canh mồng tơi nấu tôm	Trái cây tươi	Bánh quy sữa	Sữa tươi
							Cơm trắng				
	BA	25/04/2023	Trái cây tươi	Sữa tươi	Cá áp chảo sốt chanh dây	Tàu hũ sốt chua ngọt với thịt băm	Rau củ quả luộc sốt mayonnaise	Canh bí đao nấu thịt	Trái cây tươi	Bánh mì nhân dừa	Sữa tươi
							Cơm trắng				
	TƯ	26/04/2023	Bánh gạo mặn	Nước ép táo	Phở bò	Cơm chiên trứng với rau củ	Rau thơm các loại		Trái cây tươi	Bánh kẹp mật ong và mút lê	Sữa tươi
NĂM	27/04/2023	Súp hải sản nấm hương	Sữa tươi	Thịt nướng sốt Demiglass	Trứng cút sốt me Thái Lan	Cải thìa xào nấm với dầu hào	Canh rong biển nấu tôm	Trái cây tươi	Trái cây tươi	Sữa tươi	
							Cơm trắng				
SÁU	28/04/2023	Bánh bông lan sốt kem bơ	Sữa chua uống		Cơm gà Hội An	Khoai tây chiên múi cau	Canh gà với cải thảo	Trái cây tươi	Bánh Donut tẩm đường quế	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.