



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHE BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ		
9	HAI	04/04/2022	Canh mồng toi nấu tôm	Bắp cải luộc	Gà chiên sốt chua cay	Thịt heo luộc	Trái cây	Món Âu + Á	Thanh long	Sữa tươi
			Cơm trắng		Trứng ốp la					
	BA	05/04/2022	Canh đu đủ nấu thịt	Cải thìa xào	Cốt lết nướng	Cá basa om riềng	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh Panipopo	Sữa tươi
			Cơm trắng		Nộm gà bắp su và nấm lá chanh					Nước trái cây các loại
	TƯ	06/04/2022	Canh rau muống nấu tôm	Xà lách, cà chua, dưa leo	Mỳ xào bò	Mỳ xào gà	Trái cây	Món Âu	Xúc xích nướng	Sữa tươi
						Nước trái cây các loại				
	NĂM	07/04/2022	Canh rong biển nấu tôm	Bí đỏ nướng	Gà nướng lá chanh	Cá saba kho rim	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh táo	Sữa tươi
			Cơm trắng		Tôm xào nui					Nước trái cây các loại
	SÁU	08/04/2022	Rau thơm các loại		Bún chả Hà Nội	Bánh canh cá	Trái cây	Món Á	Bánh mỳ nhân bơ sữa vani	Sữa tươi
										Nước trái cây các loại

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



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHÉ	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ	BUỔI CHIỀU	
1	HAI	18/04/2022	Canh rau dền nấu thịt	Cải thảo xào	Gà phi lê chiên xù	Cá basa nướng sốt sa tế	Trái cây	Món Âu + Á	Lê	Sữa tươi
			Cơm trắng		Hủ tiếu xào tép, nạc vai và rau củ					
	BA	19/04/2022	Canh bầu nấu tôm	Rau muống xào tỏi	Heo nướng giòn da	Cá nướng gia vị	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh bông lan sốt trứng	Sữa tươi
			Cơm trắng		Trứng cút sốt me					Nước trái cây các loại
	TƯ	20/04/2022	Canh bí đao nấu thịt	Xà lách, cà chua, dưa leo	Cơm gà quay sốt ngũ vị	Cơm cốt lết nướng	Trái cây	Món Á	Chuối	Sữa tươi
						Nước trái cây các loại				
	NĂM	21/04/2022	Canh rong biển nấu tôm	Cải ngọt xào	Tôm chiên giòn	Thịt heo xào lăn	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh socola	Sữa tươi
			Cơm trắng		Gà sốt chua ngọt kèm rau củ					Nước trái cây các loại
	SÁU	22/04/2022	Rau thơm các loại		Bún chả cá Lã Vọng	Mỳ hoành thánh xá xíu	Trái cây	Món Á	Bánh Donut	Sữa tươi
										Nước trái cây các loại

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



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHE BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ		
2	HAI	25/04/2022	Canh cải nấu tôm	Bắp cải xào hành	Gà nướng	Cá chiên xù	Trái cây	Món Âu + Á	Dưa hấu	Sữa tươi
			Cơm trắng		Tôm xào bông cải					
	BA	26/04/2022	Canh khoai tây nấu thịt	Su su xào	Giò heo kho riêng	Vịt quay	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh Danish	Sữa tươi
			Cơm trắng		Trứng luộc với mắm ớt tỏi					Nước trái cây các loại
	TƯ	27/04/2022	Canh mồng tơi nấu thịt	Xà lách, cà chua, dưa leo + Rau củ ngâm chua ngọt	Cơm gà xé Hội An	Cơm thịt nướng sốt BBQ	Trái cây	Món Âu + Á	Cá viên chiên	Sữa tươi
			Nước trái cây các loại							
	NHẢY	28/04/2022	Canh rong biển nấu tôm	Bí đỏ nướng	Cá kho tộ	Bò nướng sate	Trái cây	Món Âu + Á	Chuối	Sữa tươi
			Cơm trắng		Thịt xào đậu ve					Nước trái cây các loại
	SÁU	29/04/2022	Rau thơm các loại		Bún thịt nướng	Phở gà	Trái cây	Món Á	Bánh bao nhân thịt trứng	Sữa tươi
										Nước trái cây các loại

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.

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