



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
7	HAI	04/12/2017	Dưa hấu	Sữa tươi	Canh rau mồng tơi nấu thịt	Rau củ luộc	Thịt xá xíu	Xíu mại sốt cà	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh gạo mặn	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
	BA	05/12/2017	Bánh Danish dâu	Sữa tươi	Canh bầu nấu tôm	Cải thảo xào	Gà nướng lá chanh	Chả cá chiên sốt dầu hào	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh quy socola	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
	TU	06/12/2017	Thanh long	Sữa tươi	Canh củ cải thịt nạc	Khoai lang chiên	Bò bít tết		Trái cây	Món Âu	Heo viên chiên	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
	NĂM	07/12/2017	Bánh sừng trâu socola	Sữa tươi	Canh rau cải nấu tôm	Rau muống trộn mè	Cá thu sốt cà	Nui xào tôm	Trái cây	Món Âu + Á	Rau câu 3 vị	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
	SÁU	08/12/2017	Bánh mì tươi	Nước táo ép		Rau thơm	Mì hoành thánh xá xíu		Trái cây	Món Á	Pizza thịt nguội	Nước trái cây các loại
												Sữa tươi

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 NHÉ BUỔI SÁNG		BỮA TRƯA						BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
					SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ		
8	HAI	11/12/2017	Đu đủ	Nước táo ép	Canh rau ngót nấu thịt	Rau muống trộn mè	Ba chỉ sốt thơm	Phở xào kiểu Thái	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh xốp phô mai	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
	BA	13/12/2017	Bánh Danish nho khô	Sữa tươi	Canh bí đao nấu tôm	Cải ngọt xào	Heo nướng giòn da	Trứng cút sốt dầu hào	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh bông lan kem bơ	Nước trái cây các loại
					Cơm trắng							Sữa tươi
	TU	14/12/2017	Nho	Sữa tươi	Buffet				Trái cây	Món Âu	Bánh Donut	Nước trái cây các loại
	NĂM	15/12/2017	Bánh sừng trâu socola	Sữa tươi	Canh rau dền nấu thịt	Su su xào	Tôm chiên giòn	Chả heo kho hành	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh gạo (mặn)	Nước trái cây các loại
Cơm trắng					Sữa tươi							
SÁU	16/12/2017	Ngũ cốc	Sữa tươi	Canh rau củ nấu thịt	Rau sống	Bún thịt nướng, chả giò		Trái cây	Món Á	Bánh waffle	Nước trái cây các loại	
											Sữa tươi	

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.

