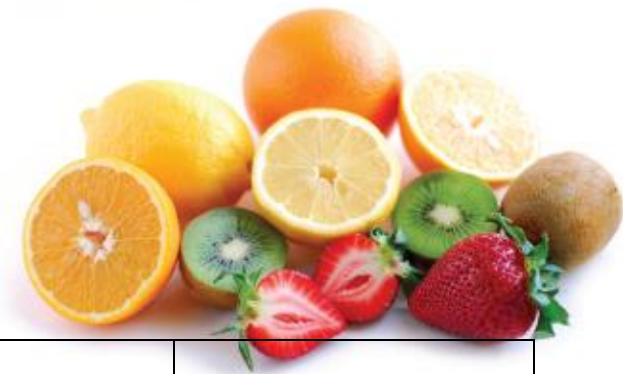


# SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

## THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 2 – THÁNG 12/2017



TUẦN	THỨ	NGÀY	BỮA TRƯA						BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ		
	HAI	04/12/2017	Canh rau mồng tơi nấu thịt	Rau củ luộc + Salad tự chọn	Thịt xá xíu	Gà sa tế	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh gạo mặn	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng/ bánh mì		Xíu mại sốt cà					Sữa tươi
	BA	05/12/2017	Canh bầu nấu tôm	Cải thảo xào + Salad tự chọn	Gà nướng lá chanh	Mực chiên giòn	Trái cây	Món Âu + Á	Bánh quy socola	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng/ Bánh mì		Chả cá chiên sốt dầu hào					Sữa tươi
7	TU'	06/12/2017	Bánh mì	Khoai lang chiên	Bò bít tết	Gà hầm vang đỏ	Trái cây	Món Âu	Heo viên chiên	Nước trái cây các loại
			Sữa tươi							
	NĂM	07/12/2017	Canh rau cải nấu tôm	Rau muống trộn mè + Salad tự chọn	Cốt lết rim sả	Cá thu sốt cà	Trái cây	Món Âu + Á	Rau câu 3 vị	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng/ bánh mì		Nui xào tôm					Sữa tươi
	SÁU	08/12/2017		Rau thơm	Bún chả cá	Mì hoành thánh xá xíu	Trái cây	Món Á	Pizza thịt nguyệt	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 TRƯA						BỮA NHÉ BUỔI CHIỀU	
			SÚP/CANH	RAU	MÓN CHÍNH 1	MÓN CHÍNH 2	TRÁNG MIỆNG	GHI CHÚ	Bánh xốp phô mai	Nước trái cây các loại
8	HAI	11/12/2017	Canh rau ngót nấu thịt	Rau muống trộn mè + Salad tự chọn	Ba chỉ sốt thơm	Gà sa tế	Trái cây	Món Âu +Á		
			Cơm trắng / bánh mì		Phở xào kiểu Thái				Sữa tươi	
	BA	13/12/2017	Canh bí đao nấu tôm	Cải ngọt xào + Salad tự chọn	Heo nướng giòn da	Cá diêu hồng chiên mắm	Trái cây	Món Âu +Á	Bánh Solite vị dứa	Nước trái cây các loại
			Cơm trắng / bánh mì		Trứng cút sốt dầu hào					
	TƯ	14/12/2017	Buffet				Trái cây	Món Âu	Bánh Donut	Nước trái cây các loại
	NĂM	15/12/2017	Canh rau dền nấu thịt	Su su xào + Salad tự chọn	Gà quay	Tôm chiên giòn	Trái cây	Món Âu +Á	Bánh gạo (mặn)	Nước trái cây các loại
Cơm trắng / bánh mì			Chả heo kho hành		Sữa tươi					
SÁU	16/12/2017		Rau sống	Bún thịt nướng, chả giò	Mì trứng xào hải sản	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.