**THỰC ĐƠN CHÁO TUẦN 1**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **3/3** | **4/3** | **5/3** | **6/3** | **7/3** |
| **Sáng** | Cháo tôm củ dền  Sữa tươi | Cháo bò cải ngọt  Sữa tươi | Cháo sườn  Sữa tươi | Cháo cá cà rốt  Sữa tươi | Cháo gà hạt sen  Sữa tươi |
| **Phụ sáng** | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Nước hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa |
| **Trưa** | Cháo gà hoa lơ xanh  BLW: bắp cải, bí ngòi  Sữa chua uống | Cháo trứng đậu non rong biển  BLW: cà rốt, bí xanh  Hoa quả | Cháo lươn cải bina  BLW: củ cải trắng, su su  Sữa chua uống | Cháo bò cải cúc  BLW: đậu cove, bí đỏ  Hoa quả | Cháo hàu cải xanh  BLW: bí đỏ, mướp Nhật  Caramel |
| **Chiều** | Cháo thịt đậu hà lan | Cháo vịt khoai sọ | Cháo chim câu | Cháo tim khoai lang | Cháo thịt đậu đỏ |
| **Phụ chiều** | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi |

**THỰC ĐƠN CHÁO TUẦN 2**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **10/3** | **11/3** | **12/3** | **13/3** | 14/3 |
| **Sáng** | Cháo ếch nấm sò cà rốt  Sữa tươi | Cháo gà hạt sen Sữa tươi | Cháo thịt bí đỏ  Sữa tươi | Cháo vịt cải ngọt  Sữa tươi | Cháo trai hành răm  Sữa tươi |
| **Phụ sáng** | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Nước hoa quả  theo mùa | Hoa quả theo mùa |
| **Trưa** | Cháo bò cải bó xôi  BLW: đậu cove, cà rốt  Sữa chua uống | Cháo thịt cải ngồng  BLW: bắp cải, bí đỏ  Hoa quả | Cháo cua khoai môn tím  BLW: bí ngòi, cà rốt  Sữa chua uống | Cháo tôm cà rốt  BLW: su su, củ cải trắng  Hoa quả | Cháo chim câu nấm hương  BLW: cà rốt, bí xanh  Caramen |
| **Chiều** | Cháo trứng su hào | Cháo cá thì là | Cháo sườn | Cháo bò đậu cove | Cháo thịt bí đỏ |
| **Phụ chiều** | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi |

**THỰC ĐƠN CHÁO TUẦN 3**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **17/3** | **18/3** | **19/3** | **20/3** | **21/3** |
| **Sáng** | Cháo gà su su cà rốt  Sữa tươi | Cháo thịt bằm rau cải  Sữa tươi | Cháo trai Sữa tươi | Cháo sườn  Sữa tươi | Cháo chim câu hạt sen  Sữa tươi |
| **Phụ sáng** | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa |
| **Trưa** | Cháo ếch  Hạt sen nấm sò  BLW: bí xanh, bí đỏ  Sữa chua uống | Cháo lươn cải bina BLW: bắp cải bí ngòi xanh luộc Hoa quả | Cháo gà cải ngọt  BLW: bí xanh, bí đỏ luộc  Sữa chua uống | Cháo trứng đậu non su hào cà rốt  BLW: hoa lơ xanh, trắng  Hoa qủa | Cháo cá rau cải  BLW: Củ cải trắng, bí xanh  Caramel |
| **Chiều** | Cháo sườn rau cải cúc | Cháo cá rau mầm đậu xanh | Soup tôm | Cháo cua khoai sọ | Cháo bò đậu đỏ |
| **Phụ chiều** | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi |

***THỰC ĐƠN CHÁO TUẦN 4***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **24/3** | **25/3** | **26/3** | **27/3** | **28/3** |
| **Sáng** | Cháo bò cải ngồng  Sữa tươi | Soup thịt khoai tây  Sữa tươi | Cháo sườn cà rốt  Sữa tươi | Cháo thịt củ dền  Sữa tươi | Soup gà ngô nấm  Sữa tươi |
| **Phụ sáng** | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả theo mùa | Hoa quả  theo mùa |
| **Trưa** | Cháo thịt ngô non  BLW: củ cải trắng, bí ngòi  Sữa chua uống | Cháo gà su su  BLW: đậu cove, cà rốt  Hoa quả | Cháo tôm bí xanh  BLW: bí đỏ,củ cải trắng  Sữa chua uống | Cháo cá cải xanh  BLW: bắp cải, đậu bắp  Hoa quả | Cháo hàu hạt sen  BLW: củ cải đỏ, su su  Caramen |
| **Chiều** | Cháo ngao nấm sò | Cháo hàu | Cháo vịt | Cháo bò bí ngòi | Cháo thịt hoa lơ xanh |
| **Phụ chiều** | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi |

***THỰC ĐƠN CHÁO TUẦN 5***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **31/3** |  |  |  |  |
| **Sáng** | Cháo thịt khoai tây  Sữa tươi |  |  |  |  |
| **Phụ sáng** | Hoa quả  theo mùa |  |  |  |  |
| **Trưa** | Cháo hàu cải bó xôi cà rốt  BLW: bí xanh, cà rốt  Sữa chua uống |  |  |  |  |
| **Chiều** | Cháo bò khoai lang |  |  |  |  |
| **Phụ chiều** | Sữa tươi |  |  |  |  |

*Ghi chú: các loại rau có thể thay đổi theo mùa.*

**THỰC ĐƠN CƠM TUẦN 1**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **3/3** | **4/3** | 5/3 | **6/3** | 7/3 |
| **Sáng** | Bánh mỳ trứng  Sữa tươi | Xôi thịt bằm  Sữa tươi | Bánh cuốn nóng + chả thịt  Sữa tươi | Bún riêu cua  Sữa tươi | Phở gà  Sữa tươi |
| **Phụ sáng** | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Nước hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa |
| **Trưa** | Thịt heo sốt ngũ vị  Đậu cove xào nấm  Canh xà lách nấu thịt  Cơm mềm  Sữa chua uống | Cá chiên xù  Su su cà rốt luộc  Canh chua thịt  Cơm mềm  Hoa quả | Bò kho gừng  Củ cải đỏ, bí ngòi luộc  Canh cải ngọt nấu tôm  Cơm mềm  Sữa chua uống | Tôm hấp trứng  Bắp cải luộc  Canh bí xanh nấu thịt  Cơm mềm  Hoa quả | Mỳ Ý sốt bò băm  Khoai tây chiên  Caramel |
| **Chiều** | Cháo thịt đậu hà lan | Bánh bao nhân thịt 1 trứng | Phở khô nấu thịt gà | Hủ tiếu nấu thịt | Xôi đậu xanh + giò lụa |
| **Phụ chiều** | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi |

**THỰC ĐƠN CƠM TUẦN 2**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **10/3** | **11/3** | **12/3** | **13/3** | 14/3 |
| **Sáng** | Bánh đa cua  Sữa tươi | Mỳ trứng nấu thịt  Sữa tươi | Phở bò  Sữa tươi | Bún tôm  Sữa tươi | Hủ tiếu nấu thịt bằm |
| **Phụ sáng** | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Nước hoa quả  theo mùa | Hoa quả theo mùa |
| **Trưa** | Tôm viên sốt cà chua  Cải chip luộc  Canh chua thịt  Cơm mềm  Sữa chua uống | Thịt heo hấp sả  Su su cà rốt luộc  Canh cải nấu thịt  Cơm mềm  Hoa quả | Cá sốt xì dầu  Cải thảo luộc  Canh khoai tây nấu xương hầm  Cơm mềm  Sữa chua uống | Gà lắc phô mai  Đậu cove luộc  Canh rong biển Cơm mềm  Hoa quả | Bò hầm khoai tây  Củ cải, bí ngòi luộc  Canh cải thảo nấu thịt  Cơm mềm  Caramen |
| **Chiều** | Bún mọc | Miến dong nấu lươn | Bánh mỳ + soup thịt nấm hương | Spaghetti sốt thịt bằm | Cháo thịt bí đỏ |
| **Phụ chiều** | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi |

*Ghi chú: các loại rau có thể thay đổi theo mùa.*

**THỰC ĐƠN CƠM TUẦN 3**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **17/3** | **18/3** | **19/3** | **20/3** | **21/3** |
| Mỳ trứng nấu thịt viên  Sữa tươi | Hủ tiếu gà  Sữa tươi | Miến dong nấu thịt  Sữa tươi | Cháo sườn  Sữa tươi | Nui nấu thịt nạc rau cải  Sữa tươi |
| Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa |
| Gà tần sen nấm  Đậu cove xào  Canh cải nấu thịt  Cơm mềm  Sữa chua uống | Thịt sốt chua ngọt Cải thảo xào Canh chua thịt Cơm mềm Hoa quả | Bò kho gừng su hào cà rốt xào  Canh cải cúc nấu thịt Cơm mềm Sữa chua uống | Cá kho nước dừa Rau củ thập cẩm luộc+xì dầu  Canh cải bó xôi nấu thịt Cơm mềm  Hoa quả | Cơm rang hải sản  Canh su su nấu thịt  Caramel |
| Phở khô nấu thịt bò | Mỳ udon | Xôi gấc + giò lụa | Bún riêu cua | Bánh bao nhân thịt 1 trứng |
| Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi | Sữa tươi |

**THỰC ĐƠN CƠM TUẦN 4**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **24/3** | **25/3** | **26/3** | **27/3** | **28/3** |
| **Sáng** | Bánh đa cá rô rau cải  Sữa tươi | Bánh bao + soup thịt khoai tây  Sữa tươi | *Miến nấu tôm thịt*  *Sữa tươi* | Xôi gấc giò lụa  Sữa tươi | Phở sốt vang  Sữa tươi |
| **Phụ sáng** | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa | *Hoa quả theo mùa* | Hoa quả  theo mùa | Hoa quả  theo mùa |
| **Trưa** | Thịt rim nước dừa cải chip luộc  Canh bí đỏ cải ngọt nấu cua  Cơm mềm Sữa chua uống | Gà tần sen nấm  Rau củ thập cẩm luộc+xì dầu  Canh chua ngao Cơm mềm  Hoa quả | *Trúng đúc thịt*  *Đậu cove luộc*  *Canh cải bó xôi nấu giò sống*  *Cơm mềm*  *Sữa chua uống* | Cá kho tộ  Hoa lơ luộc  Canh chua thịt  Cơm mềm  Hoa quả | Cơm gà Hội An  Bí xanh luộc  Canh bắp cải nấu thịt bò  Cơm mềm  Caramen |
| **Chính chiều** | Nui nấu thịt bò | Bún riêu cua | *Bánh mỳ pate* | Bánh bao nhân thịt 1 trứng | Bún nấu tôm thịt |
| **Phụ chiều** | Sữa tươi | Sữa tươi | *Sữa tươi* | Sữa tươi | Sữa tươi |

*Ghi chú: các loại rau có thể thay đổi theo mùa.*



**THỰC ĐƠN CƠM TUẦN 5**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **31/3** |  |  |  |  |
| **Sáng** | Bún mọc  Sữa tươi |  |  |  |  |
| **Phụ sáng** | Hoa quả  theo mùa |  |  |  |  |
| **Trưa** | Bò hầm ngũ vị cải ngồng luộc  Canh mồng tơi nấu ngao  Cơm mềm Sữa chua uống |  |  |  |  |
| **Chính chiều** | Nui sốt gà nấm |  |  |  |  |
| **Phụ chiều** | Sữa tươi |  |  |  |  |

*Ghi chú: các loại rau có thể thay đổi theo mùa*