

EARLY YEARS MENU

THỰC ĐƠN CHO HỌC SINH MẦM NON

| WEEK 1 TUẦN 1 | MONDAY THỨ 2 (01/12) | TUESDAY THỨ 3 (02/12) | WEDNESDAY THỨ 4 (03/12) | THURSDAY THỨ 5 (04/12) | FRIDAY THỨ 6 (05/12) |
|----------------------------------|---|--|---|---|---|
| BREAKFAST Bữa sáng 8:00 AM | Assorted meat "Quang" noodles Mì Quảng (heo, gà, trứng cút) | Meatloaf noodles Bún mọc | Chicken congee Cháo gà cà rốt | "Nam Vang" rice noodles Hủ tiếu Nam Vang | Pork with rice noodle Bánh canh thịt heo |
| | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor |
| SNACK AM Ăn nhẹ sáng | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống |
| LUNCH Bữa trưa 11:00 AM | Clear pumpkin soup Canh bí đỏ | Choy sum soup Canh cải ngọt | Sweet & sour soup Canh chua bắp cải nấu tôm | Ceylan spinach, sponge gourd soup Canh rau dền, mướp | Clear vegetable soup Canh rau củ |
| | Fried chicken with pink sauce Đùi gà chiên giòn sốt hồng | Braised fish with pineapple sauce Cá ngừ kho thơm (HS cá phi lê) | Sauteed beef with onion Bò xào hành tây | Braised pork with egg Thịt heo kho trứng | Spaghetti bologneses Mì ý sốt thịt heo băm |
| | Steamed rice Cơm trắng | Steamed rice Cơm trắng | Steamed rice Cơm trắng | Steamed rice Cơm trắng | |
| | Morning glory Rau muống xào tỏi | Boiled sponge gourd Bầu luộc | Sauteed green bean, carrot Đậu cove, cà rốt xào | Boiled vegetable Bí ngòi, bắp non, cà rốt luộc | Sauteed cabbage, carrots Cải thảo, cà rốt xào |
| | Dragon fruit Thanh long | Apple Táo | Watermelon Dưa hấu | Papaya Đu đủ | Yogurt Sữa chua |
| SUPPER Ăn chiều 14:30 PM | Chicken curry & Sandwich Cà ri gà & Bánh mì sandwich | Vietnamese steamed cake Bánh giò | Pork soup Súp thịt heo băm, trứng cút rau củ | Mixed fruits & cookies Trái cây thập cẩm & Bánh quy | Muffin Bánh muffin |
| | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor |

| WEEK 2 TUẦN 2 | MONDAY THỨ 2 (08/12) | TUESDAY THỨ 3 (09/12) | WEDNESDAY THỨ 4 (10/12) | THURSDAY THỨ 5 (11/12) | FRIDAY THỨ 6 (12/12) |
|----------------------------------|---|---|--|--|---|
| BREAKFAST Bữa sáng 8:00 AM | Charsiu pork egg noodles Mì trứng nấu thịt xá xíu | Seafoods soup Súp nấm, hải sản, trứng cút hấp hạt | Mudfish with rice noodles Bánh canh bột gạo cá lóc | Chicken and quail egg with macaroni Nui nấu gà xé, trứng cút | Pork with rice noodles Bún gạo nấu thịt heo |
| | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor |
| SNACK AM Ăn nhẹ sáng | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống |
| LUNCH Bữa trưa 11:00 AM | Papaya soup Canh đu đủ | Chayote with carrot soup Canh su su, cà rốt | Yam soup Canh khoai mỡ | Sweet & sour soup Canh chua bạc hà nấu tôm | Seaweed and pork soup Canh rong biển nấu thịt băm |
| | Braised fish with tomato sauce Cá diêu hồng kho cà (hs cá phi lê) | Braised chicken with mushroom Gà kho nấm | Seafood omelette Trứng cuộn nấm, hải sản | Steamed chicken with lemon leaves Gà hấp lá chanh | Tonkatsu Heo chiên xù kiểu Nhật |
| | Steamed rice Cơm trắng | Steamed rice Cơm trắng | Steamed rice Cơm trắng | Steamed rice Cơm trắng | Steamed rice Cơm trắng |
| | Boiled bok choy Cải thìa luộc | Sauteed cabbage Bắp cải xào | Boiled cabbage Cải thảo luộc | Sauteed peas and corn Đậu hà lan và bắp xào | Boiled vegetable Bông cải, cà rốt luộc |
| | Rockmelon Dưa lưới | Green beans sweet soup Chè đậu xanh (ít đá) | Dragon fruit Thanh long | Watermelon Dưa hấu | Caramel flan Bánh flan |
| SUPPER Ăn chiều 14:30 PM | Steamed pork buns Bánh bao | Jambon and mayo sandwich Sandwich kẹp jambon mayo | Onigiri Cơm nắm cá ngừ rong biển | Pork congee Cháo thịt băm cà rốt | Pork floss buns Bánh mì chà bông |
| | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor |

| WEEK 3 TUẦN 3 | MONDAY THỨ 2 (15/12) | TUESDAY THỨ 3 (16/12) | WEDNESDAY THỨ 4 (17/12) | THURSDAY THỨ 5 (18/12) | FRIDAY THỨ 6 (19/12) |
|----------------------------------|---|--|--|---|---|
| BREAKFAST Bữa sáng 8:00 AM | Chicken with rice noodle Bún măng gà | Beef congee Cháo bò băm | Vietnamese Noodle Soup Canh bún giò cua | Pork with rice noodle soup Hủ tiếu mọc, sườn | Eel and pork rice noodle Miến nấu lươn thịt băm |
| | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor |
| SNACK AM Ăn nhẹ sáng | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống | Yakult Sữa chua uống |
| LUNCH Bữa trưa 11:00 AM | Clear pumpkin soup Canh bí đỏ | Sweet & sour soup Canh chua rau muống nấu tôm | Clear potato, carrot soup Canh khoai tây, cà rốt | Clear bok choy soup Canh cải thìa | BUFFET |
| | Fried pork belly with kumquat, lemongrass Thịt heo chiên lắc sả tắc | Stewed beef with vegetable & Sandwich/baguette Bò sốt vang & Bánh mì Sandwich/Baguette | Fried chicken with Teriyaki Gà sốt teriyaki | Fried shrimp with salt egg sauce Tôm chiên xù sốt hoàng kim | |
| | Steamed rice Cơm trắng | Steamed rice Cơm trắng | Steamed rice Cơm trắng | Steamed rice Cơm trắng | |
| | Sauteed chayote with carrot Su su cà rốt xào | Boiled choy sum Cải ngọt luộc | Sauteed cabbage, carrots Cải thảo, cà rốt xào | Boiled sponge gourd Bầu luộc | |
| | Watermelon Dưa hấu | Dragon fruit Thanh long | Vietnamese mixed sweet soup Chè bà ba (ít đá) | Papaya Đu đủ | |
| SUPPER Ăn chiều 14:30 PM | Sticky rice Xôi mặn (không pate) | Crabstick and sweet potato cream soup Súp kem khoai lang và thanh cua | Raisin roll sponge cake Bánh bông lan cuộn nho | Kimbab Cơm cuộn (xúc xích, trứng gà) | Pork buns Bánh mì lười thịt băm |
| | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor | Fresh Milk Sữa tươi Anchor |