



SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 1 – NĂM HỌC 2024-2025



TUẦN	THỨ	THỨ HAI	THỨ BA	THỨ TƯ	THỨ NĂM	THỨ SÁU	THỨ BẢY
	NGÀY	30/9/2024	1/10/2024	2/10/2024	3/10/2024	4/10/2024	5/10/2024
7	BỮA SÁNG	Phở bò	Bánh mì bơ	Xôi đỗ ăn kèm ruốc	Cháo cá hồi	Bánh mì kẹp trứng thịt heo nướng	Cháo Cá hồi
			Sữa tươi	Nước cam	Bánh mì nướng giòn	Quýt ngọt	Bánh mì nướng giòn
	MÓN CANH	Canh rau mồng tơi	Súp kem bí ngô	Canh rau thập cẩm	Canh trứng cà chua	Canh rau muống	Súp kem bí ngòi
	MÓN RAU	Su su luộc chấm muối vừng	Rau củ xóc bơ	Phở xào thịt gà và rau củ	Cải ngọt luộc chấm xì dầu	Rau muống xào tỏi	Rau củ nướng với bơ và lá thơm
	MÓN CHÍNH 1	Thịt gà viên và ngô chiên giòn ăn kèm cơm trắng	Mỳ Ý sốt Bolognese		Thịt heo và đậu phụ rim ăn kèm cơm trắng	Thịt bò xào nấm và nước tương ăn kèm cơm trắng	Mỳ Ý sốt Bolognese
	MÓN CHÍNH 2	Thịt heo và trứng kho ăn kèm cơm trắng	Cá xào bơ tỏi ăn kèm mì Ý	Thịt heo nấu kiểu Thái ăn kèm phở xào	Hải sản sốt trứng muối ăn kèm cơm trắng	Thịt gà xào sốt samba ăn kèm cơm trắng	Thịt gà chiên ăn kèm mì Ý
	TRÁNG MIỆNG	Dưa hấu	Thạch xoài	Đu đủ	Chè mít ăn kèm thạch	Hoa quả tươi	Đu đủ
GHI CHÚ	Thực đơn món Á	Thực đơn món Âu	Thực đơn món Á	Thực đơn món Việt	Thực đơn món Á	Thực đơn món Âu	



SINGAPORE INTERNATIONAL SCHOOL

THỰC ĐƠN HỌC PHẦN 1 – NĂM HỌC 2024-2025



TUẦN	THỨ	THỨ HAI	THỨ BA	THỨ TƯ	THỨ NĂM	THỨ SÁU	THỨ BẢY	
8	NGÀY	7/10/2024	8/10/2024	9/10/2024	10/10/2024	11/10/2024	12/10/2024	
	BỮA SÁNG	Bánh đa ăn kèm cá và chả lá lốt	Mỳ gà	Mỳ Ý sốt Bolognaise	Bánh bông lan nhỏ khô	Súp thịt gà và ngô, hương nấm	Xôi đỗ ăn kèm ruốc	
					Nước ép xoài	Dưa hấu	Nước ép xoài	
	BỮA TRƯA	MÓN CANH	Canh bí xanh	Súp mỳ Ý	Canh chua thịt heo	Canh cua mùng tơi	Canh rau ngót	Canh rau dền
		MÓN RAU	Cải ngọt luộc	Rau củ hầm	Dưa chuột và cà rốt muối chua	Cải thảo luộc sốt dầu hào	Rau củ luộc chấm xì dầu	Su su luộc chấm muối vừng
		MÓN CHÍNH 1	Thịt gà nướng ăn kèm cơm trắng	Thịt bò viên sốt cà chua ăn kèm bánh mỳ	Thịt gà rán giòn ăn kèm cơm rang	Thịt bò sốt tiêu đen ăn kèm bánh bao chiên	Thịt heo sốt me ăn kèm cơm trắng	Chả mực sốt samba ăn kèm cơm trắng
		MÓN CHÍNH 2	Thịt heo rim ngô ăn kèm cơm trắng	Hải sản xào bơ tỏi ăn kèm bánh mỳ	Trứng ốp la ăn kèm cơm rang	Chả heo rim ăn kèm bánh bao chiên	Đậu phụ sốt cà chua ăn kèm cơm trắng	Thịt xá xíu ăn kèm cơm trắng
		TRÁNG MIỆNG	Hoa quả tươi	Chè nếp cẩm nước cốt dừa	Chuối	Thạch dừa	Hoa quả tươi	Dưa hấu
		GHI CHÚ	Thực đơn món Á	Thực đơn món Âu	Thực đơn món Á	Thực đơn món Á	Thực đơn món Á	Thực đơn món Việt