			1	T			
Bé	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7	Chủ nhật
trai							
10							
tuổi							
sáng	1 bát com 130	1 bát cơm rang	1 bát phở bò	Bành mì	1 bát cơm 130	1 bát phở	1 bát cơm 130
	1 quả trứng luộc	Với 1 quả	(430)	pate(415)	1 chiếc xúc	gà(350)	1 quả trưng luộc(80)
	(80)	trứng(300)			xích rán (200)		1 hộp sữa(110)
	(80)						
Trưa	2 bát cơm (260)	2 bát cơm (260)	2 bát cơm	2 bát cơm	2 bát cơm	2 bát cơm	2 bát cơm(260)
	200g rau muống	1 bát canh bí nấu	(260)	(260)	260	(260)	300g tôm luộc(300)
	luộc (50)	xương(1/1)(218)	200g nem	1 cây xúc xích	200g gà xào xả	200g thịt gà rán	200g bí đỏ nấu (55)
	300g thịt kho	100g thịt lợn ba	rán(270)	rán (200)	ớt(440)	(480)	1 hộp sữa chua(105)
	tàu(500)	chỉ luộc(260)	100 gam cải	200gcanh rau	1 hộp sữa	200g rau	1 quả táo tây (70)
	1 hộp sữa chua	1 hộp sữa	ngọt luộc (52)	mồng tơi (40)	chua 105	muống(50)	. , , ,
	có đường (105)	chua(105)	50 g thịt bò	100 gr thịt ba	200g giá	1 hộp sữa chua	
	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	1 quả chuối	tươi xào (140)	chỉ luộc (260)	đỗ(16)	có đường(105)	
		vừa(100)	1 hộp sữa	1 hộp sữa	(,		
		(chua(100)	chua(105)			
			0.144(200)	0.10.0(200)			
Tối	2 bát cơm (260)	2 bát cơm (260)	2 bát	2 bát	2 bát cơm 260	2 bát cơm	2 bát cơm (260)
	300g rau	200gram thịt gà	cơm(260)	cơm(260)	300 cá nấu	(260)	200 thịt trâu xào rau muốr
	ngót(90)	kho gừng(350)	200g thịt bò	200g đỗ	dưa(360)	200g thịt lơn	200g rau muống xào(100)
	200g thịt bò	200 rau muống	xào(480)	xào(210)	100g giò (230)	quay(500)	100g lê(50)
	luộc cả nạc mỡ	xào(100)	200g bắp cải	100g vịt	200g rau xà	200 g su hào	1 hộp sữa(110)
	(530)	1 hộp sữa(110)	luộc (45)	quay(387)	lách (30)	xào (60)	
	1 hộp sữa (110)		1 hộp sữa	1 hộp		1 hộp sữa (110)	
			(110)	sữa(110)	1 hộp sữa 110		
			1				

Bé trai 10 tuổi(gầy)	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7	Chủ nhật
sáng	1 bát com 130 1 quả trúng luộc (80)	1 bát cơm rang Với 1 quả trứng(300)	1 bát phở bò (430)	Bành mì pate(415)	1 bát cơm 130 1 chiếc xúc xích rán (200)	1 bát phở gà(350)	1 bát cơm 130 1 quả trưng luộc(80) 1 hộp sữa(110)
Trưa	2 bát cơm (260) 200g rau muống luộc (50) 300g thịt kho tàu(500) 1 hộp sữa chua có đường (105)	2 bát cơm (260) 1 bát canh bí nấu xương(1/1)(218) 100g thịt lợn ba chỉ luộc(260) 1 hộp sữa chua(105) 1 quả chuối vừa(100)	2 bát cơm (260) 200g nem rán(270) 100 gam cải ngọt luộc (52) 50 g thịt bò tươi xào (140) 1 hộp sữa chua(100)	2 bát cơm (260) 1 cây xúc xích rán (200) 200gcanh rau mồng tơi (40) 100 gr thịt ba chỉ luộc (260) 1 hộp sữa chua(105)	2 bát cơm 260 200g gà xào xả ớt(440) 1 hộp sữa chua 105 200g giá đỗ(16)	2 bát cơm (260) 200g thịt gà rán (480) 200g rau muống(50) 1 hộp sữa chua có đường(105)	2 bát cơm(260) 300g tôm luộc(300) 200g bí đỏ nấu (55) 1 hộp sữa chua(105) 100 táo tây (70)
chiề u	200g khoai lang(170) 100ml nước cam(45)	100g bắp ngô luộc(95) 100 g sinh tố bσ(160)	100g váng sữa(180) 100g dưa chuột(15)	2 quả chuối vừa (200)	2 quả táo vừa 200g (120) 200g dưa lê (70)	200g thanh long (100) 300ml sinh tố dưa hấu (90)	50g bánh mì(135) 100ml sinh tố xoài (60)
Tối	2 bát cơm (260) 300g rau ngót(90) 200g thịt bò luộc cả nạc mỡ (530) 1 hộp sữa (110)	2 bát cơm (260) 200gram thịt gà kho gừng(350) 200 rau muống xào(100) 1 hộp sữa(110)	2 bát cơm(260) 200g thịt bò xào(480) 200g bắp cải luộc (45) 1 hộp sữa (110)	2 bát cơm(260) 200g đỗ xào(210) 100g vịt quay(387) 1 hộp sữa(110)	2 bát cơm 260 300 cá nấu dưa(360) 100g giò (230) 200g rau xà lách (30) 1 hộp sữa 110	2 bát cơm (260) 200g thịt lơn quay(500) 200 g su hào xào (60) 1 hộp sữa (110)	2 bát cơm (260) 200 thịt trâu xào rau muống(480) 200g rau muống xào(100) 100g lê(50) 1 hộp sữa(110)

Bé	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7	Chủ nhật
trai							
10							
tuổi(
béo)							
sáng	1 bát com 130	1 bát cơm rang	1 bát phở bò	Bành mì	1 bát cơm 130	1 bát phở	1 bát cơm 130
	2 quả trứng luộc	Với 1 quả	(430)	pate(415)	1 chiếc xúc	gà(350)	1 quả trưng
	(160)	trứng(300)			xích rán (200)		luộc(160)
	(100)						1 hộp sữa(110)

1 bát cơm (130)	1 bát cơm (130) 1 bát canh bí nấu	1 bát cơm (130)	1 bát cơm (130)	1 bát cơm 130	1 bát cơm (130)	1 bát cơm(130) 200g tôm
luộc (75)	xương(1/1)(218)	200g nem	1 cây xúc xích	100g gà xào xả	100g thịt gà rán	luộc(200)
• .	_		, ,		• •	300g bí đỏ nấu (82)
1 hộp sữa chua	1 hộp sữa	ngọt luộc (104)	mồng tơi (60)	chua 105	muống(150)	1 hộp sữa
có đường (105)	chua(105)	1 hộp sữa	_	300g giá	1 hộp sữa chua	chua(105)
	•	chua(100)		00(24)	200 ml nước	100 táo tây (70)
	, ,		chua(105)	200g khoai	cam(90)	
				lang (170)		
1 bát cơm (130)	1 bát cơm (130)			1 bát cơm 130	1 bát cơm	1 bát cơm (130)
•			l			100 thịt trâu xào
• , ,		•	_		•	rau muống(240) 300g rau muống
• .	•		' '	•		xào(150)
(530)	1 hộp sữa(110)	luộc (65)	luộc (230)	, ,	xào (90)	100g lê(50)
1 hộp sữa (110)		1 hộp sữa	1 hộp	1 hộp sữa 110	1 hộp sữa (110)	1 hộp sữa(110)
		(110)	sưa(110)			
	300g rau muống luộc (75) 200g thịt kho tàu(330) 1 hộp sữa chua có đường (105) 1 bát cơm (130) 400g rau ngót(120) 200g thịt bò luộc cả nạc mỡ (530)	300g rau muống luộc (75) 1 bát canh bí nấu xương(1/1)(218) 200g thịt kho tàu(330) 100g thịt lợn ba chỉ luộc(260) 1 hộp sữa chua có đường (105) 1 hộp sữa chua(105) 1 quả chuối vừa(100) 1 bát cơm (130) 200g rau ngót(120) 200gram thịt gà kho gừng(350) 200g thịt bò luộc cả nạc mỡ (530) 300 rau muống xào(150) (530) 1 hộp sữa(110)	300g rau muống luộc (75) 1 bát canh bí nấu xương(1/1)(218) (130) 200g thịt kho tàu(330) 100g thịt lợn ba chỉ luộc(260) 200 gam cải ngọt luộc (104) 1 hộp sữa chua có đường (105) 1 hộp sữa chuối chua(105) 1 hộp sữa chuối vừa(100) 1 bát cơm (130) 1 quả chuối vừa(100) 1 bát cơm(130) 400g rau ngót(120) 200gram thịt gà kho gừng(350) 200g thịt bò 300 rau muống xào(480) 1 uộc cả nạc mỡ (530) 1 hộp sữa(110) 300g bắp cải luộc (65)	300g rau muống luộc (75) 1 bát canh bí nấu xương(1/1)(218) (130) (130) 1 cây xúc xích rán (200) 200g thịt kho tàu(330) 1 hộp sữa chua chỉ luộc(260) 1 hộp sữa chua chua(105) 1 hộp sữa chua(105) 1 hộp sữa chua(105) 1 hộp sữa chua(100) 1 hộp sữa chua(105) 1 hộp sữa chua(100) 1 hộp sữa chua(105) 1 hộp sữa chua(100) 1 hộp sữa chua(105) 1 hộp sữa chua(100) 1 hộp sữa chua(105) 1 hộp sữa chua(105) 1 hộp sửa chua(100) 1 hộp sửa chua(105) 1 hộp sửa chua(105) 1 hộp sửa chua(100) 1 hộp sửa chua(100) <td> 300g rau muống luộc (75)</td> <td> 300g rau muống luộc (75)</td>	300g rau muống luộc (75)	300g rau muống luộc (75)