PATHWAY SCHOOL

THỰC ĐƠN TRUNG HỌC

Tháng 09/2026 | Tuần 01: từ ngày 31/08/2026-05/09/2026

(*) Thực đơn có thể được điều chỉnh tùy theo tình hình thực tế nhưng không làm ảnh hưởng đến hàm lượng dinh dưỡng của học sinh.

BỮA ĂN	THỨ HAI XANH 31/08	THỨ BA 01/09	THỨ TƯ 02/09	THỨ NĂM 03/09	THỨ SÁU 04/09	THỨ BẢY 05/09
BỮA SÁNG	NGHỈ LỄ			Hoành thánh thịt rong biển	Mì Quảng sườn	Bánh Pizza ba rọi xông khói
				Bánh ướt thịt bằm	Bún gạo xào thập cẩm	
BỮA TRƯA				Cơm trắng	Cơm trắng	**Buffet:** Đùi gà chiên Nui xào bò Xúc xích chiên Há cảo hấp Tôm sốt trứng muối Salad rau củ Nước chanh đào mật ong Chuối cau
				Cá Basa sốt cam	Xíu mại tôm thịt	
				Canh bí xanh nấu tôm	Canh tần ô nấu cá Thác Lác	
				Cải thảo xào	Giá xào	
				Dưa lưới	Dưa hấu	
BỮA XẾ				Bún bò Huế	Bánh đa nấu riêu	Cháo thịt khoai tây
				Bánh Pudding	Nước cam hạt chia	Probi

*** Thứ hai xanh:** vào mỗi thứ Hai hằng tuần, những bữa ăn được phục vụ bằng món chay giúp học sinh thanh lọc cơ thể, bắt đầu một tuần mới nhẹ nhàng và tràn đầy năng lượng. Trong đó, hoạt động **Bữa ăn bình an** là cơ hội để mỗi học sinh thưởng thức trọn vẹn bữa ăn và nuôi dưỡng lòng biết ơn thông qua thực hành **Văn hóa Tỉnh thức**.

PATHWAY SCHOOL

THỰC ĐƠN TRUNG HỌC

Tháng 09/2026 | Tuần 02: từ ngày 07/09/2026-11/09/2026

(*) Thực đơn có thể được điều chỉnh tùy theo tình hình thực tế nhưng không làm ảnh hưởng đến hàm lượng dinh dưỡng của học sinh.

BỮA ĂN	THỨ HAI XANH (*) 07/09	THỨ BA 08/09	THỨ TƯ 09/09	THỨ NĂM 10/09	THỨ SÁU 11/09
BỮA SÁNG	Phở trộn rau củ	Miến nấu thịt bò bằm	Bánh canh cá Lóc	Soup bắp hạt tôm thịt	Hủ tíu thịt trứng cút
	Bún kèn rau củ	Bún thịt xào	Bánh mì xíu mại	Xôi xá xíu- Sốt xá xíu	Bánh đa xào
BỮA TRƯA	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	Trứng bát cà chua	Gà ram nước mắm	Bò hầm sả	Cá Điêu Hồng chiên mặn	Tôm thịt kho tàu
	Canh mồng tơi mướp	Canh cá cần cà nấu ngót	Canh khoai mỡ thịt bằm	Canh cải nhúng nấu tôm	Canh cà rốt su su hầm xương
	Bầu xào	Cải thìa hấp xì dầu	Rau muống xào	Bí xanh luộc	Cải thảo xào
	Trà sữa	Dưa hấu	Chuối sứ	Thanh long	Mận
BỮA XẾ	Canh bún	Bánh gạo Tokbokki hàn quốc	Bún chả Hà Nội	Mì gà tiềm hạt sen	Bánh Pizza mềm Hawaii
	Bánh Flan	Sữa trái cây	Sữa tươi	Sữa chua	Probi

*** Thứ hai xanh:** vào mỗi thứ Hai hằng tuần, những bữa ăn được phục vụ bằng món chay giúp học sinh thanh lọc cơ thể, bắt đầu một tuần mới nhẹ nhàng và tràn đầy năng lượng. Trong đó, hoạt động **Bữa ăn bình an** là cơ hội để mỗi học sinh thưởng thức trọn vẹn bữa ăn và nuôi dưỡng lòng biết ơn thông qua thực hành **Văn hóa Tỉnh thức**.

PATHWAY SCHOOL

THỰC ĐƠN TRUNG HỌC

Tháng 09/2026 | Tuần 03: từ ngày 14/09/2026-18/09/2026

(*) Thực đơn có thể được điều chỉnh tùy theo tình hình thực tế nhưng không làm ảnh hưởng đến hàm lượng dinh dưỡng của học sinh.

BỮA ĂN	THỨ HAI XANH (*) 14/09	THỨ BA 15/09	THỨ TƯ 16/09	THỨ NĂM 17/09	THỨ SÁU 18/09
BỮA SÁNG	Mì trứng xào rau củ	Bánh đa thịt bằm	Phở gà	Hủ tiếu mọc	Cơm Tấm sườn sốt mật ong
	Bún Thái	Soup cá Hồi	Bánh mì chả cá	Miến trộn gà quay	Mì Quảng tôm thịt
BỮA TRƯA	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	Trứng rim nước tương	Bò sốt vang	Cốt lếch rim mật ong	Cá Lóc kho tộ	Thịt kho củ sen
	Canh rau ngót nấm rơm	Canh bầu nấu tôm tươi	Canh mây	Canh bí đao hầm xương	Canh cải thìa nấu tôm
	Khoai tây luộc	Rau dền xào	Bắp cải xào	Cải ngọt luộc	Bông cải trắng xanh xào
	Cocktail	Cam Úc	Thanh long	Mận	Chuối cau
BỮA XẾ	Nui nấu rau củ	Hoành thánh giò heo rút xương	Bún riêu	Bánh canh gà nấm rơm	Bánh hotdog nhân socola chảy
	Bánh Flan	Sữa chua	Sữa tươi	Bánh Pudding	Probi

*** Thứ hai xanh:** vào mỗi thứ Hai hằng tuần, những bữa ăn được phục vụ bằng món chay giúp học sinh thanh lọc cơ thể, bắt đầu một tuần mới nhẹ nhàng và tràn đầy năng lượng. Trong đó, hoạt động **Bữa ăn bình an** là cơ hội để mỗi học sinh thưởng thức trọn vẹn bữa ăn và nuôi dưỡng lòng biết ơn thông qua thực hành **Văn hóa Tỉnh thức**.

PATHWAY SCHOOL

THỰC ĐƠN TRUNG HỌC

Tháng 09/2026 | Tuần 04: từ ngày 21/09/2026-25/09/2026

(*) Thực đơn có thể được điều chỉnh tùy theo tình hình thực tế nhưng không làm ảnh hưởng đến hàm lượng dinh dưỡng của học sinh.

BỮA ĂN	THỨ HAI XANH (*) 21/09	THỨ BA 22/09	THỨ TƯ 23/09	THỨ NĂM 24/09	THỨ SÁU 25/09
BỮA SÁNG	Soup phomai nấm tuyết	Mì Spagheti	Hủ tíu xá xíu	Cháo lươn đậu xanh	Bánh canh tôm thịt
	Nui xào thập cẩm	Mì trứng nấu thịt	Hamburger	Miến trộn hải sản	Mì Quảng trộn
BỮA TRƯA	Cơm trắng	Gà nấu cà ri - Bánh mì	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	Trứng kho quẹt		Cá Basa chiên giòn	Thịt kho đậu hủ	Bò kho cà rốt khoai tây
	Canh bí đỏ đậu phộng		Canh cải ngọt nấu thịt	Canh chua rau muống cá Điêu Hồng	Canh khoai mỡ nấu tôm
	Cải thìa luộc		Su su xào	Cải nhúng xào	Bắp cải xào
	Chè đậu xanh	Dưa hấu	Chuối cau	Dưa lưới	Thanh long
BỮA XẾ	Bún Huế	Miến tôm thịt viên	Phở bò	Bún gà ngô ngọt	Bánh muffin chuối
	Bánh Flan	Sữa trái cây	Sữa tươi	Sữa chua	Probi

*** Thứ hai xanh:** vào mỗi thứ Hai hằng tuần, những bữa ăn được phục vụ bằng món chay giúp học sinh thanh lọc cơ thể, bắt đầu một tuần mới nhẹ nhàng và tràn đầy năng lượng. Trong đó, hoạt động **Bữa ăn bình an** là cơ hội để mỗi học sinh thưởng thức trọn vẹn bữa ăn và nuôi dưỡng lòng biết ơn thông qua thực hành **Văn hóa Tỉnh thức**.

PATHWAY SCHOOL

THỰC ĐƠN TRUNG HỌC

Tháng 09/2026 | Tuần 05: từ ngày 28/09/2026-02/10/2026

(*) Thực đơn có thể được điều chỉnh tùy theo tình hình thực tế nhưng không làm ảnh hưởng đến hàm lượng dinh dưỡng của học sinh.

BỮA ĂN	THỨ HAI XANH (*) 28/09	THỨ BA 29/09	THỨ TƯ 30/09	THỨ NĂM 01/10	THỨ SÁU 02/10
BỮA SÁNG	Cháo đậu đỏ khoai lang	Bún bò Huế	Nui thịt bằm	Xôi gà ram	Mì Quảng cá Lóc
	Phở xào rau củ	Bún trộn gà xé	Mì xào hải sản	Bánh canh hải sản	Bún gạo xào tam tơ
BỮA TRƯA	Cơm chiên tỏi	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	Chả trứng hấp	Cá Điêu Hồng chiên xù	Gà kho gừng	Bò hầm đậu trắng	Thịt heo sốt mắm nhĩ
	Canh rau dền, mướp, nấu nấm	Canh soup hầm xương	Canh bắp cải, cà rốt nấu mộc	Canh bí xanh nấu thịt	Canh cải ngọt tôm tươi
	Salad rau củ sốt mè rang	Cải thảo hấp	Mướp xào lá quế	Cải thìa nấm đông cô sốt dầu hào	Bầu xào
	Trà đào	Mận	Chuối cau	Thanh long	Dưa lưới
BỮA XẾ	Bắp xào bơ	Mì vịt tiềm	Hủ tiếu Nam Vang	Hoành thánh thịt rau củ	Bánh phô mai chữ thập
	Bánh Flan	Sữa chua	Sữa tươi	Sữa trái cây	Probi

*** Thứ hai xanh:** vào mỗi thứ Hai hằng tuần, những bữa ăn được phục vụ bằng món chay giúp học sinh thanh lọc cơ thể, bắt đầu một tuần mới nhẹ nhàng và tràn đầy năng lượng. Trong đó, hoạt động **Bữa ăn bình an** là cơ hội để mỗi học sinh thưởng thức trọn vẹn bữa ăn và nuôi dưỡng lòng biết ơn thông qua thực hành **Văn hóa Tỉnh thức**.