



THỰC ĐƠN CHAY KHỐI TIỂU HỌC HỆ THỐNG THÁNG 11/2025

TUẦN 1: Từ ngày 03/11/2025 - 07/11/2025

THỨ - NGÀY		Thứ 2 03/11	Thứ 3 04/11	Thứ 4 05/11	Thứ 5 06/11	Thứ 6 07/11
BỮA ĂN	BỮA SÁNG	Bún Huế Bánh bao cade	Phở rau củ Bánh ướt	Bánh canh Bún gạo xào	Hoành thánh Bánh mì cà ri chay	Mì trứng cút Phở trộn chay
	BỮA PHỤ	Nho Mỹ	Thanh long	Dưa lê	Chuối cau	Quýt ngọt
BỮA TRƯA	Cơm	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	Mặn	Trứng ốp la kho quẹt Nấm rơm kho rau củ	Xíu mại trứng cút sốt cà chua	Trứng chiên rau củ	Khoai tây nghiền chiên giòn	Nấm kim châm cuộn rong biển chiên giòn
	Canh	Canh rong biển đậu hũ non	Canh bí xanh	Canh cải nhún	Canh bí đỏ	Canh chua Nam Bộ
	Rau	Su su xào tỏi	Cải ngọt luộc	Đậu cove xào cà rốt	Cải ngồng luộc	Bắp cải, đậu bắp luộc chấm sốt mè rang
	Tráng miệng	Sâm bổ lượng	Nước bí đao hạt chia	Nước cam mật ong	Nước đậu đỏ	Nước chanh dây
BỮA XÉ		Hũ tiểu chay	Nui nấu đậu hũ	Mì tươi nấm	Bún riêu	Bánh mì mặt trắng kem trứng sữa nướng
		Bánh pudding	Nước tắc đường phèn	Sữa tươi	Nước sâm mía lau	Yakult



THỰC ĐƠN CHAY KHỐI TIỂU HỌC HỆ THỐNG THÁNG 11/2025 TUẦN 2: Từ ngày 10/11/2025 - 14/11/2025

THỨ - NGÀY		Thứ 2 10/11	Thứ 3 11/11	Thứ 4 12/11	Thứ 5 13/11	Thứ 6 14/11
BỮA ĂN	BỮA SÁNG	Cháo ngũ hạt Bánh đa trộn khô	Hũ tiếu đậu hũ mon Xôi đậu xanh – trứng cút	Phở hoa hồi Cơm tấm trứng ốp la	Mì khô trộn Bún đậu hũ nấm	Hoành thánh Mỳ Ý
	BỮA PHỤ	Cam vàng	Dưa hấu	Mận	Dưa lưới	Chuối sứ
BỮA TRƯA	Cơm	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm vàng
	Mặn	Trứng bát cà chua Đậu hũ khuôn chiên nước tương	Nấm đùi gà kho ớt chuông xanh, đỏ	Trứng chiên rau củ.	Đậu hũ nhồi chiên tỏi	Mì căn xé sợi chiên giòn kho sả
	Canh	Canh chua nấm kim châm	Canh bầu	Canh mồng tơi, mướp	Canh đu đủ	Canh rong biển đậu hũ non
	Rau	Bí ngòi xào	Cải ngồng xào	Bông cải trắng luộc	Rau chân vịt trộn	Dưa leo
	Tráng miệng	Nước tắc hạt chia	Trà đào	Chanh dây	Nước sâm bông cúc	Nước cam mật ong
BỮA XẾ		Bún Thái chay	Mì Quảng	Bánh canh	Nui rau củ	Bánh bí đỏ cuộn kem phomai
		Bánh flan	Nước bí đao đường phèn	Yakult	Sữa tươi	Sữa TH trái cây



THỰC ĐƠN CHAY KHỐI TIỂU HỌC HỆ THỐNG THÁNG 11/2025

TUẦN 3: Từ ngày 17/11/2025 - 21/11/2025

THỨ - NGÀY		Thứ 2 17/11	Thứ 3 18/11	Thứ 4 19/11	Thứ 5 20/11	Thứ 6 21/11
BỮA ĂN						
BỮA SÁNG		Bún riêu chay Mì trứng xào thập cẩm	Phở chay Hamburger trứng	Hủ tiếu rau củ Bánh hỏi	Nui ống Mì xào	Bánh canh Bánh mì trứng
BỮA PHỤ		Táo gala	Thanh long	Quýt đường	Chuối cau	Dưa hấu
BỮA TRƯA	Cơm	Cơm hấp đậu Hà Lan	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Buffet: Đậu hủ trứng sốt Hàn Quốc Cơm trộn Hàn Quốc Mỳ spaghetti Khoai chiên Salad Hàn Quốc Trà Lê Hàn Quốc
	Mặn	Đậu hủ chiên sốt hành tỏi Trứng ngâm tương	Rau củ kho hạt sen	Đậu khuôn kho cà rốt, khoai tây	Nấm kho quẹt	
	Canh	Canh khoai mỡ	Canh cà chua trứng	Canh cải bó xôi	Canh soup	
	Rau	Nấm mèo xào đậu cove, cà rốt	Cải thìa luộc	Bầu non luộc	Rau muống xào tỏi	
	Tráng miệng	Nước dừa đường phèn	Nước cam tươi	Nước gạo Hàn Quốc	Nước tắc hạt chia	
BỮA XẾ		Ngũ cốc calbee	Soup trứng nấm tuyết	Bánh đa	Bún Huế	Bánh mì mềm cuộn phomai trứng muối
		Sữa chua Ánh Hồng	Nước cocktail	Bánh pudding	Nước nha đam đường phèn	Yakult



THỰC ĐƠN CHAY KHỐI TIỂU HỌC HỆ THỐNG THÁNG 11/2025

TUẦN 4: Từ ngày 24/11/2025 - 28/11/2025

THỨ - NGÀY		Thứ 2 24/11	Thứ 3 25/11	Thứ 4 26/11	Thứ 5 27/11	Thứ 6 28/11
BỮA ĂN						
BỮA SÁNG		Bún gạo thập cẩm Hủ tiếu khô Gia Lai	Mì Quảng Mì xào chay	Phở trộn khô Soup trứng cút	Bún chả chay Bánh mì Sandwich kẹp trứng	Cháo ngũ hạt Xôi gấc
BỮA PHỤ		Nho Mỹ	Chuối cau	Dưa lưới	Dưa hấu	Xoài chín
BỮA TRƯA	Cơm	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	Mặn	Trứng kho nấm, ớt chuông xanh Khoai tây, cà rốt, su su kho đậu hũ	Rau củ kho	Đậu hũ khuôn kho quẹt	Nấm xào thập cẩm	Trứng ốp la kho quẹt
	Canh	Canh bí đỏ đậu phộng	Canh cải bó xôi	Canh bầu	Canh rau ngót, mướp	Canh bắp cải
	Rau	Cải ngọt luộc	Đậu cove xào cà rốt	Cải thảo luộc	Su hào xào	Rau lang xào tỏi
	Tráng miệng	Nước nhãn nhục hạt sen	Nước bí đao	Nước cam tươi	Nước sâm mía lau	Nước chanh dây
BỮA XẾ		Hoành thánh rau củ	Bắp xào	Bún Thái	Bánh canh	Bánh phomai chữ thập
		Sữa tươi	Sữa chua Ánh Hồng	Nước đậu đỏ lá nếp	Bánh flan	Yakult



HỆ THỐNG TRƯỜNG
PATHWAY TUỆ ĐỨC

VĂN PHÒNG PATHWAY TUỆ ĐỨC TRUNG TÂM – PHÒNG BÁN TRÚ

📍 Số 280-A18 Lương Định Của, P. An Phú, TP. Thủ Đức, TP. Hồ Chí Minh

☎️ 1900 6462 🌐 www.pathway.edu.vn 📘 fb.com/HethongtruongTueDuc

