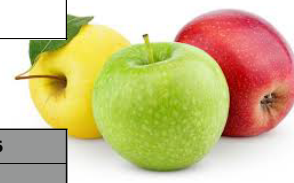
menu of October 2016

WEEK 1

Monday/Thứ 2	Tuesday/Thứ 3	Wednesday/Thứ 4	Thursday/Thứ 5	Friday/Thứ 6
3-Oct	4-Oct	5-Oct	6-Oct	7-Oct
BREAKFAST / BỮA ĂN SÁNG				
Bánh donut *Donut cake*	**Banh cuốn thit** *Roll cake with pork*	**Bánh mỳ Pate** *Bread and "Pate"*	**Xôi ruốc** *Steamed glutinous rice with dry pork*	**Bánh mỳ trứng** *Bread with egg*
Sữa tươi Vinamilk *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*
LUNCH / BỮA ĂN TRƯA				
Cháo chim hạt sen *Pigeon and lotus seed congee*	**Cháo nạc thăn phomai** *Pork and cheese*	**Cháo gà khoai môn** *Chicken and taro congee*	**Cháo thịt thăn, rau cải** *Loin of pork with vegetable congee*	**Chao thit bo bí đỏ** *Beef and pumkin congee*
Canh bí nấu xương *Pumkin and pork bone soup*	**Canh đậu phụ tươi** *Fresh tofu soup*	**Canh gà rong biển** *Chicken and seaweed soup*	**Canh chua giá đỗ** *Bean sprout sour soup*	**Canh gà nấu nấm** *Chicken with mushroom soup*
Thịt kho trứng cút *Stewed pork with quail eggs 40g -2 quả*	**Cá chiên xù** *Deep - fried fish 45g*	**Lườn ga tẩm bột chiên xù** *Deep - fried chicken 45g*	**Bò hầm đậu đỏ** *Stewed beef with red bean 40g*	**Gà quay ngũ vị** *Roasted chicken 45g*
Bò xào hoa lơ *Sauteed beef with cauliflower 45g*	**Đậu xốt thịt** *Tofu with minced pork sauce 50g*	**Mỳ Ý truyền thống với sốt bò và cà chua** *Spaghetti Bolognese 80g*	**Trứng tráng cốm** *Pan fried egg with young rice 50g*	**Thăn lợn xào đỗ quả** *Sauteed pork with green bean 45g*
Rau muống xào tỏi *Sauteed water morning glory with garlic 50g*	**Bắp cải xào cà chua** *Sauteed cabbage with tomato 50g*		**Su hào xào** *Sauteed kohlrabi*	**Cải ngọt xào tỏi** *Boiled choysum with ginger 50g*
Cơm trắng *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*
Sưa chua *Yogurt*	**Sữa uống lên men** *Yakult*	**Chuối tiêu** *Banana*	**Dưa hấu** *Water melon*	**Caramen** *Crème caramel*
AFTERNOON SNACK / BỮA ĂN CHIỀU				
Sữa Yomost *Yomost milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Nước chanh leo** *Passion juice*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa Yomost** *Yomost milk*



WEEK 2

Monday/Thứ 2	Tuesday/Thứ 3	Wednesday/Thứ 4	Thursday/Thứ 5	Friday/Thứ 6
10-Oct	11-Oct	12-Oct	13-Oct	14-Oct
BREAKFAST / BỮA ĂN SÁNG				
LUNCH / BỮA ĂN TRƯA				
NGHỈ THU ***Autumn***	**NGHỈ THU** ***Autumn***	**NGHỈ THU** ***Autumn***	**NGHỈ THU** ***Autumn***	**NGHỈ THU** ***Autumn***
AFTERNOON SNACK / BỮA ĂN CHIỀU				
Sữa tươi Vinamilk *Fresh Vinamilk milk*	**Sinh tố dưa hấu** *Water melon smoothies*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa Yomost** *Yomost milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*

Copyright © 2016-2017 SUNSHINE HOUSE INTERNATIONAL KINDERGARTEN All Right Reserved.

sunshine house
INTERNATIONAL KINDERGARTEN

menu of October 2016

WEEK 3

Monday/Thứ 2	Tuesday/Thứ 3	Wednesday/Thứ 4	Thursday/Thứ 5	Friday/Thứ 6
17-Oct	18-Oct	19-Oct	20-Oct	21-Oct
BREAKFAST / BỮA ĂN SÁNG				
Ngũ cốc *Cereal*	**Bánh mỳ phomai** *Bread with cheese*	**Xôi trứng kho** *Steamed glutinous rice with stewed eggs*	**Bánh mỳ Pate** *Bread and "Pate"*	**Bánh mặt cười** *Sunny crème cake*
Sữa tươi Vinamilk *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*
Cháo tim, rau xanh *Pork heart with green vegetable congee*	**Cháo thịt rau dền** *Pork with vegetable congee*	**Chao bò carô t** *Beef with carrot congee*	**Cháo gà đậu xanh** *Chicken and green bean congee*	**Cháo ngao hành răm** *Clam with herb coonge*
Canh gà rong biển *Chicken and seaweed soup*	**Canh mọc ngũ sắc** *Vegetable with pork ball soup*	**Canh củ quả nấu xương** *Vegetable soup with pork rib*	**Canh bò hành răm** *Minced beef and herb soup*	**Canh cá nấu chua** *Fish sour soup*
Bò nấu cary *Beef curry* *45g*	**Ga tẩm dừa chiên** *Deep - fried chicken with coconut* *45g*	**Cá tẩm bột chiên giòn** *Deep - fried fish* *45g*	**Cánh gà chiên mắm** *Deep - fried chicken wings* *1 cái*	**Vịt om sấu** *Stewed duck*
Gà xào ngũ sắc *Sauteed chicken with vegetable* *45g*	**Thăn lợn xào đỗ quả** *Sauteed pork with green bean* *45g*	**Mỳ Ý truyền thống với sốt bò và cà chua** *Spaghetti Bolognese* *80g*	**Đậu phụ sốt Tứ Xuyên** *Tofu with "Tứ Xuyên" sauce* *45g*	**Trứng tráng hành** *Pan fried egg with onion* *50g*
Bắp cải xào cà chua *Sauteed cabbage with tomato* *50g*	**Cải ngọt luộc** *Boiled choysum with ginger* *50g*		**Đỗ quả luộc** *Boiled green bean* *50g*	**Khoai tây xào** *Sauteed potato* *50g*
Cơm trắng *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*
Sữa uống lên men *Yakult*	**Chuối tiêu** *Banana*	**Xoài** *Mango*	**Dưa hấu** *Water melon*	**Caramen** *Crème caramel*
Sữa tươi Vinamilk *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa Yomost** *Yomost milk*	**Nước cam tươi** *Fresh ogrange juice*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*

WEEK 4

Monday/Thứ 2	Tuesday/Thứ 3	Wednesday/Thứ 4	Thursday/Thứ 5	Friday/Thứ 6
24-Oct	25-Oct	26-Oct	27-Oct	28-Oct
BREAKFAST / BỮA ĂN SÁNG				
Bánh ga tô phủ sô cô la *Chocolate gateau with chocolate cake*	**Bánh mỳ trứng** *Bread with egg*	**Bánh su kem** *Choux a la creme*	**Xôi vò, ruốc** *Steamed glutinous rice with stewed eggs*	**Bánh mỳ Pate** *Bread and Pate*
Sữa tươi Vinamilk *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk milk*
LUNCH / BỮA ĂN TRƯA				
Cháo cá thì là *Fish with dill congee*	**Cháo gà yến mạch** *Chicken congee*	**Cháo thịt rau cải bó xôi** *Loin of pork with vegetable congee*	**Cháo trai** *Clam congee*	**Cháo tim bí đỏ** *Pork heart with pumkin congee*
Canh chua giá đỗ *Bean sprout sour soup*	**Canh gà rong biển** *Chicken and seaweed soup*	**Canh rau ngót nấu thịt** *Vegetable with minced pork soup*	**Canh bí nấu xương** *Pumkin soup*	**Canh bắp cải** *Cabbage soup*
Bò nấu cary *Beef curry* *45g*	**Thịt kho su hào** *Stewed pork with koklrabi* *45g*	**Gà hầm củ quả** *Stewed chicken with vegetablale* *45g*	**Cá ba sa kho** *Stewed fish* *45g*	**Tôm rang thịt xay** *Sauteed shrimps with minced pork* *45g*
Cá xào thập cẩm *Sauteed fish with vegetable* *45g*	**Trưng cut kho** *Stewed quail eggs* *4 quả*	**Đậu xốt thịt** *Tofu with minced pork sauce* *50g*	**Bò xào su su** *Sauteed beef with chayote* *50g*	**Gà xào ngô non** *Sauteed chicken with baby corn* *45g*
Rau muống xào tỏi *Sauteed water morning glory with garlic* *50g*	**Củ cải xào thì là** *Sauteed radish with dill* *50g*	**Su hào luộc** *Boiled kohlrabi* *50g*	**Hoa lơ xào** *Sauteed cauliflower* *50g*	**Đỗ quả luộc** *Boiled green bean* *50g*
Cơm trắng *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*	**Cơm trắng** *Steamed rice*
Xoài *Mango fruit*	**Sưa chua** *Yogurt*	**Chuối tiêu** *Banana*	**Dưa hấu** *Water melon*	**Caramen** *Crème caramel*
AFTERNOON SNACK / BỮA ĂN CHIỀU				
Sữa Yomost *Yomost milk*	**Nước chanh leo** *Passion juice*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk*	**Sữa tươi Vinamilk** *Fresh Vinamilk*	**Sữa Yomost** *Yomost milk*

Copyright © 2016-2017 SUNSHINE HOUSE INTERNATIONAL KINDERGARTEN All Right Reserved.