



(TỪ NGÀY 1-30/06/2025)

上課天數: 20 天
Số ngày học: 20 ngày

週 Tuần	日期 Ngày	星期 Thứ	主食	主食	副菜 一	青菜	湯	飯後甜點
			Món chính	Món chính	Món phụ 1	Món rau	Canh	Tráng miệng
I	6/2/2025	星期一 Thứ 2	香Q白飯 Cơm trắng	胡椒嫩肉 Thịt heo kho hầm tiêu	蝦仁雞蛋捲 Trứng cuộn tôm	清炒時蔬 Rau xào	藥材燉雞湯 Gà hầm thuốc bắc	水果 Trái cây
	6/3/2025	星期二 Thứ 3	香Q白飯 Cơm trắng	鹹酥雞 Ức gà chiên lá quế	咖哩貢丸 Cà ri heo viên	清炒時蔬 Rau xào	菠菜磨肉湯 Canh cải bó xôi thịt băm	
	6/4/2025	星期三 Thứ 4	香Q白飯 Cơm trắng	馬鈴薯嫩豬肉 Thịt heo hầm khoai tây	玉米炒蛋 Trứng xào bắp	清炒時蔬 Rau xào	養身菇菇湯 Canh nấm dưỡng sinh	水果 Trái cây
	6/5/2025	星期四 Thứ 5	義大利麵 Mì ý	茄汁魚塊 Cá basa miếng chiên sốt cà chua	小熱狗麵包 Bánh mì xúc xích mini	炒花椰菜 Bông cải xào thập cẩm	珍珠冬瓜茶 Bí đao trân châu	
	6/6/2025	星期五 Thứ 6	香Q白飯 Cơm trắng	五香悶雞 Gà rim ngũ vị	四季豆炒肉 Đậu cove xào thịt heo	清炒時蔬 Rau xào	蛤利冬瓜湯 Canh bí đao nghêu	牛奶 Sữa
II	6/9/2025	星期一 Thứ 2	香Q白飯 Cơm trắng	梅干控肉 Ba rọi kho cải mùi xôi	蕃茄炒蛋 Trứng xào cà chua	清炒時蔬 Rau xào	排骨瓢仔湯 Canh bầu sườn non	水果 Trái cây
	6/10/2025	星期二 Thứ 3	芝麻飯 Cơm mè	蜜汁雞腿 Đùi gà sốt mật ong	培根炒馬鈴薯 Khoai tây xào thịt xông khói	清炒時蔬 Rau xào	南瓜肉湯 Canh bí đỏ thịt nạc	
	6/11/2025	星期三 Thứ 4	香Q白飯 Cơm trắng	紅燒沙巴魚 Cá basa file hầm xiu	黃瓜貢丸 dưa leo thịt viên	清炒時蔬 Rau xào	蔬菜湯 Canh soup rau củ	水果 Trái cây
	6/12/2025	星期四 Thứ 5	揚州炒飯 Cơm chiên dương châu	烤雞翅 cánh gà nướng	流沙包 Bánh bao kim sa	清炒時蔬 Rau xào	龍眼蓮子甜湯 Chè nhãn lồng hạt sen	
	6/13/2025	星期五 Thứ 6	香Q白飯 Cơm trắng	臺式叉燒肉 Xá xiu Đài Loan	毛豆炒雞蛋 trứng xào đậu Hà Lan	清炒時蔬 Rau xào	南瓜枸杞雞湯 Bí đỏ gà kỷ tử	牛奶 Sữa

週 Tuần	日期 Ngày	星期 Thứ	主食	主食	副菜 一	青菜	湯	飯後甜點
			Món chính	Món chính	Món phụ 1	Món rau	Canh	Tráng miệng
III	6/16/2025	星期一 Thứ 2	香Q白飯 Cơm trắng	黑胡椒炒雞柳 Gà xào sốt tiêu đen	蒸蛋 Trứng hấp	清炒時蔬 Rau xào	海苔排骨湯 Rong biển hầm xương	水果 Trái cây
	6/17/2025	星期二 Thứ 3	香Q白飯 Cơm trắng	炸酥肉 Nạc dăm cắt cục chiên giòn	茄汁豆腐 Đậu hũ sốt cà chua	清炒時蔬 Rau xào	蘿蔔貢丸湯 Hoe viên củ cải	
	6/18/2025	星期三 Thứ 4	香Q白飯 Cơm trắng	椒鹽紅鯛魚 Cá diêu hồng file muối tiêu	獅子頭 Thịt viên cải thảo	清炒時蔬 Rau xào	越南酸湯 Canh chua VN	水果 Trái cây
	6/19/2025	星期四 Thứ 5		豬肉湯麵 Mì thịt heo (nước)	經典滷味拼盤 Món kho (Huyết nếp, trứng cút, đậu hũ khô, phở tai)	清炒時蔬 Rau xào	仙草湯 Sương sáo hạt é	
	6/20/2025	星期五 Thứ 6	香Q白飯 Cơm trắng	彩椒洋蔥雞丁 Ức gà xào hành Tây ớt chuông	麻婆豆腐 Đậu hũ Tứ Xuyên	清炒時蔬 Rau xào	蓮藕排骨湯 Củ sen hầm xương	牛奶 Sữa
IV	6/23/2025	星期一 Thứ 2	地瓜飯 Cơm khoai lang	韓式燒肉 Thịt kho kiểu Hàn	韓國雜菜 Miến trộn Hàn Quốc	清炒時蔬 Rau xào	海帶湯 Rong biển hầm xương	水果 Trái cây
	6/24/2025	星期二 Thứ 3	香Q白飯 Cơm trắng	BBQ醬雞腿 Đùi gà BBQ	五色玉米 Bắp xào ngũ sắc	清炒時蔬 Rau xào	蕃茄花蛋湯 Canh cà chua trứng	
	6/25/2025	星期三 Thứ 4	香Q白飯 Cơm trắng	東坡肉 Thịt kho đồng pha	洋蔥炒蛋 Trứng xào hành	清炒時蔬 Rau xào	冬瓜雞湯 Bí đao hầm gà	水果 Trái cây
	6/26/2025	星期四 Thứ 5		肉絲炒麵 Mì dầu xào thịt sợi	炸雞丁佐美乃滋醬 Ức gà chiên sốt majone	清炒時蔬 Rau xào	珍珠百香果 Chanh dây trần châu	
	6/27/2025	星期五 Thứ 6	香Q白飯 Cơm trắng	九層塔巴沙魚 Cá basa chiên lá quế	蔬菜咖哩 Cà ri củ cải	清炒時蔬 Rau xào	味噌豆腐湯 Súp đậu phụ miso	牛奶 Sữa