



CÔNG TY TNHH MTV THẬP TOÀN 責任有限公司MTV十全  
Điện Thoại 電話: 0274.3595.899/ 0931.532.639

THỰC ĐƠN ĐÀI BẮC THÁNG 02 - 03/2026 - LỚP TRUNG HỌC HỌC (Lớp 6 -> Lớp 12)  
02 - 03月菜單 (02月24日-03月31日) - 國高中

(TỪ NGÀY 24/02 - 31/03/2026)

上標天數: 26 天  
Số ngày học: 26 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	2026/2/24	星期二 Thứ 3	香Q白飯 Cơm trắng	冬瓜燒肉 Thịt cục kho bí đao	青椒炒蛋 Trứng chiên + jambon xào ớt chuông đỏ	清炒時蔬 Rau xào	香菇雞湯 Canh nấm hương hầm gà	水果 Trái cây
	2026/2/25	星期三 Thứ 4	香Q白飯 Cơm trắng	炸雞腿 Đùi gà chiên	茴香魚餅配豬排醬 Chả cá thì là sốt Tonkatsu	清炒時蔬 Rau xào	冬瓜排骨湯 Bí đao sườn	水果 Trái cây
	2026/2/26	星期四 Thứ 5	芝麻飯 Cơm mè	BBQ醬排骨 Sườn cọng sốt BBQ	什錦花椰菜 Bông cải xào thập cẩm	清炒時蔬 Rau xào	珍珠冬瓜茶 Bí đao trân châu	水果 Trái cây
	2026/2/27	星期五 Thứ 6	香Q白飯 Cơm trắng	九層塔炸豬肉 Heo cục chiên lá quế	青花椒滷魚板 Chả cá kho tiêu xanh	清炒時蔬 Rau xào	南瓜雞肉湯 Bí đỏ thịt gà	水果 Trái cây
II	2026/3/2	星期一 Thứ 2	香Q白飯 Cơm trắng	滷肉排 thịt miếng kho	蟹棒蒸蛋 Trứng hấp tôm xay	清炒時蔬 Rau xào	蘿蔔玉米龍骨湯 Củ cải bắp hầm xương	水果 Trái cây
	2026/3/3	星期二 Thứ 3	芝麻飯 Cơm mè	薑汁燉雞 Gà kho gừng	炸春捲 Chả giò chiên	清炒時蔬 Rau xào	蕃茄蛋花湯 Canh cà chua trứng	水果 Trái cây
	2026/3/4	星期三 Thứ 4	香Q白飯 Cơm trắng	Tonkatsu醬巴沙魚 Cá basa chiên sốt Tonkatsu	蔥花蛋捲 Trứng cuộn hành	清炒時蔬 Rau xào	蒜頭雞湯 Canh gà hầm tỏi	水果 Trái cây
	2026/3/5	星期四 Thứ 5	地瓜飯 Cơm khoai lang	排骨燉豆 Sườn heo nấu đậu	土豆泥 Khoai tây nghiền bơ sữa	清炒時蔬 Rau xào	仙草+奇亞籽 Sương sáo hạt é	水果 Trái cây
	2026/3/6	星期五 Thứ 6	香Q白飯 Cơm trắng	咖哩雞腿 Đùi gà cà ri	木耳炒豆腐 Đậu hũ xào mộc nhĩ thương gia	清炒時蔬 Rau xào	紫菜蛋花湯 Canh rong biển trứng	布丁 Bánh flan

iii	2026/3/9	星期一 Thứ 2	香Q白飯 Com trắng	BBQ 醬五花肉 Thịt ba rọi nướng sốt BBQ	蕃茄炒蛋 Trứng xào cà chua	清炒時蔬 Rau xào	山藥絞肉湯 Canh khoai mỡ nấu thịt băm	水果 Trái cây
	2026/3/10	星期二 Thứ 3	香Q白飯 Com trắng	奶油蒜蓉雞翅 Cánh gà chiên bơ tỏi	三菇燴豆腐 Đậu hũ kho tam nấm	清炒時蔬 Rau xào	味增豆腐湯 Canh miso + đậu hũ	水果 Trái cây
	2026/3/11	星期三 Thứ 4	香Q白飯 Com trắng	炸排骨 Cốt lết chiên	咖哩蔬菜 Cà ri rau củ	清炒時蔬 Rau xào	養身香菇湯 Canh nấm dưỡng sinh	水果 Trái cây
	2026/3/12	星期四 Thứ 5	芝麻飯 Com mè	蜜汁雞腿 Đùi gà file sốt mật ong	流沙包 Bánh bao kim sa	清炒時蔬 Rau xào	綠豆薏仁湯 Đậu xanh hạt bo bo	水果 Trái cây
	2026/3/13	星期五 Thứ 6	香Q白飯 Com trắng	京醬肋排 Sườn cọng kiểu Bắc Kinh	醬燒甘蔗蝦 Chạo tôm sốt tương	清炒時蔬 Rau xào	百菇蔬菜湯 Canh nấm thập cẩm	Pana cotta
iv	2026/3/16	星期一 Thứ 2	地瓜飯 Com khoai lang	韓式醬雞腿 Đùi gà sốt cay Hàn Quốc	韓式年糕 Tokbokki	清炒時蔬 Rau xào	泡菜豆腐湯 Canh kim chi đậu hũ	水果 Trái cây
	2026/3/18	星期三 Thứ 4	香Q白飯 Com trắng	香茅沙巴魚 Cá basa file chiên sả	茄汁肉丸 Xíu mại sốt cà chua	清炒時蔬 Rau xào	越南酸湯 Canh chua VN	水果 Trái cây
	2026/3/19	星期四 Thứ 5	芝麻飯 Com mè	炸雞丁佐美乃滋醬 Ức gà chiên sốt majone	芽菜炒魚板 Chả cá xào giá	清炒時蔬 Rau xào	珍珠百香果 Chanh dây trần châu	水果 Trái cây
	2026/3/20	星期五 Thứ 6	香Q白飯 Com trắng	東坡肉 Thịt kho đông pha	洋蔥炒蛋 Trứng chiên hành tây	清炒時蔬 Rau xào	山藥蝦仁湯 Khoai mỡ tôm xay	布丁 Bánh flan
	2026/3/23	星期一 Thứ 2	香Q白飯 Com trắng	酥炸五花肉佐酸子醬 Ba rọi chiên sốt me	紅蘿蔔炒蛋 Trứng gà xào cà rốt	清炒時蔬 Rau xào	玉米排骨湯 Canh bắp hầm xương	水果 Trái cây
v	2026/3/25	星期三 Thứ 4	香Q白飯 Com trắng	滷鳥蛋控肉 Thịt ba rọi kho trứng cút	豆干炒四季豆 Đậu hũ khô xào đậu que	清炒時蔬 Rau xào	蘿蔔湯 Canh húng xiu củ cải	水果 Trái cây
	2026/3/26	星期四 Thứ 5	香Q白飯 Com trắng	魚露炸雞翅 Cánh gà chiên nước mắm	滷白菜 Cải thảo phá lẩu	清炒時蔬 Rau xào	百香果奇亞籽 Chanh dây hạt é	水果 Trái cây
	2026/3/27	星期五 Thứ 6	香Q白飯 Com trắng	叉燒肉 Thịt xá xíu	三色豆炒蛋 Trứng xào hạt ba sắc (cà rốt, đậu hà lan, bắp hạt)	清炒時蔬 Rau xào	南瓜湯 Canh bí đỏ	布丁 Bánh flan
	2026/3/30	星期一 Thứ 2	地瓜飯 Com khoai lang	宮保雞丁 Gà xào Cung Bảo vị hoa tiêu	麻婆豆腐 Đậu hũ mapo	清炒時蔬 Rau xào	蓮藕排骨枸杞湯 Củ sen hầm sườn kỷ tử	水果 Trái cây
	2026/3/31	星期二 Thứ 3	香Q白飯 Com trắng	海帶燒肉 Thịt hầm rong biển	馬鈴薯炒培根 Khoai tây xào thịt xông khói	清炒時蔬 Rau xào	蔬菜燉雞湯 Canh gà nấu rau củ	水果 Trái cây