



STANDARD PLANT BASED MEAL PLAN

THỰC ĐƠN TIÊU CHUẨN TRONG TUẦN

Monday

Breakfast: Seafood soup, Dalat Milk
Lunch: Steamed rice, Fried pork in Camy flour, Sauteed kang kong, Corn soup w/ chicken broth, potatoes & carrot, Dessert: Melon
Snacks: Tomato juice - Noodle soup w/ meat balls - Yogurt

Thứ Hai

Bữa sáng: Súp hải sản, Sữa Đà Lạt
Bữa trưa: Cơm trắng, Thịt heo tẩm bột chiên, Rau muống xào, Súp bắp, khoai tây, cà rốt nấu nước dùng gà, Tráng miệng: dưa
Ăn nhẹ: Nước cà chua - Mì nấu thịt viên - Sữa chua

Tuesday

Breakfast: Beef congee, Dalat Milk
Lunch: Steamed rice, Steamed chicken w/ Black mushrooms, Fried potato w/ tomato, Dessert: Grapefruit
Snacks: Dragon fruit smoothie - Rice noodles w/ meat - Custard

Thứ Ba

Bữa sáng: Cháo bò bằm, Sữa Đà Lạt
Bữa trưa: Cơm trắng, Gà hấp nấm, Khoai tây chiên với cà chua, Tráng miệng: nho
Ăn nhẹ: Sinh tố thanh long - Mì nấu thịt - Bánh nhân kem

Wednesday

Breakfast: Stuffed pancake, Dalat Milk
Lunch: Steamed "dieuhong" fish, Fried crispy tofu, Sour fish soup, Dessert: Sweet banana
Snacks: Sweet lotus bean - Prawn & carrot congee - Cheese

Thứ Tư

Bữa sáng: Bánh pancake có nhân, Sữa Đà Lạt
Bữa trưa: Cá Diêu hồng hấp, Đậu hũ chiên giòn, Canh chua cá, Tráng miệng: chuối
Ăn nhẹ: Chè Hạt sen - Cháo tôm, cà rốt - Phô mai

Thursday

Breakfast: Froot loops, Dalat Milk
Lunch: Spaghetti Bolognese, Green salad
Dessert: Dragon fruit
Snacks: Lemon juice - Chicken & corn soup - Flan

Thứ Năm

Bữa sáng: Ngũ cốc, Sữa Đà Lạt
Bữa trưa: Mì Ý bò bằm, Sa lát rau củ, Tráng miệng: thanh long
Ăn nhẹ: Nước chan - Súp bắp gà - Bánh flan

Friday

Breakfast: Beef congee w/ fresh egg, Dalat Milk
Lunch: Steamed rice, Toasted crayfish & sweet-sour cook, Boiled root vegetables, Malabar spinach w/ shrimp, Dessert: Orange
Snacks: Orange juice - Banana cake - Yakul

Thứ Sáu

Bữa sáng: Cháo bò trứng, Sữa Đà Lạt
Bữa trưa: Cơm trắng, Tôm xào chua ngọt, Rau củ luộc, Mồng tơi nấu tôm, Tráng miệng: cam
Ăn nhẹ: Nước cam - Bánh chuối - Yakul

*Menu is subject to change without notice.
Snacks are served at 09:30, 14:00 & 15:30 hrs.

*Thực đơn có thể thay đổi mà không cần báo trước.
Ăn nhẹ vào lúc: 09:00 h, 14:00 h và 15:30 h.