

FEBRUARY MENU 2020

We wish you a very sweet and prosperous New Year!

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Date	3	4	5	6	7
AM Snack	Apple juice	Cornflake / milk	Orange juice	Milk / Rice cracker	Cooking class
Lunch	Stir fry shrimp with pineapple Sautéed chayote Morning glory soup Watermelon	Pan seared pork belly Sautéed broccoli Eggs tofu soup Mango	Grilled honey chicken Sautéed bok choy Sweet leaf soup Banana	Fish fillet with tomato sauce Sautéed cauliflower Winter melon soup Pear	Beef ball noodle Orange
PM Snack	Passion fruit panna cotta	Yogurt	Cheesecake	Mango smoothies	Boiled corn
Date	10	11	12	13	14
AM Snack	Chocolate milk	Banana	Cereal bars / milk	Ritz cracker / milk	Cooking class
Lunch	Roasted pork with quail eggs Sautéed gourd Watercress soup Grape	Grilled five spice chicken Sautéed spinach Tofu soup Watermelon	Cheese omelet Mushroom soup Banana	Assorted beef with vegetable Green cabbage soup Apple	Salmon macaroni Mixed vegetable soup Mango
PM Snack	Yogurt	Cheese pizza	Banana muffin	Spring rolls	Green bean soup dessert
Date	17	18	19	20	21
AM Snack	Banana	Soya milk	Chocolate cereal / milk	Sausage roll / milk	Cooking class
Lunch	Chicken noodle soup Rock melon	Bolognese spaghetti Sautéed broccoli Orange juice	Omelet w/shrimp and veggie Pork rib & red bean soup Banana	Fish & chips Apple juice	Roasted pork in coconut juice Sautéed glory morning Mushroom soup Grape
PM Snack	Apple pie	Crispy prawn fritters	Raisin muffin	Yogurt	Egg tart
Date	24	25	26	27	28
AM Snack	Fresh apple and pear juice	Oat cookies / milk	Soya milk / rice cracker	Cheese croissant / milk	Cooking class
Lunch	Stir-fried noodle with beef Winter melon soup Grape	Crispy Cheddar chicken Sautéed cauliflower Pumpkin soup Mango	Braised fish fillet Sautéed chayote and carrot Malabar spinach soup Apple	Stewed pork rib with white beans Banana	Braised shrimp in roe sauce Sautéed spinach Cabbage soup Watermelon
PM Snack	Mozzarella cheese sticks	Steamed sweet potato	Flan cake	Mini pancakes w/honey	Cheese stuffed potato balls
Snacks & Lunch are served in the classrooms both in the morning and afternoon.					

*Menu items subject to change based on availability of food

Saigon Montessori International Kindergarten

THỰC ĐƠN THÁNG 2 NĂM 2020

Nhân dịp năm mới, chúc Quý vị phụ huynh và gia đình một năm An Khang – Thịnh Vượng !

	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Ngày	3	4	5	6	7
Xế sáng	Nước táo ép	Ngũ cốc sữa	Nước cam	Sữa / Bánh gạo	Giờ nấu ăn
Trưa	Tôm rim thơm Xu xu xào Canh chua rau muống Dưa hấu	Ba rọi áp chảo sốt chua ngọt Bông cải xanh xào Canh trứng đậu hủ non Xoài	Gà nướng mật ong Cải thìa xào Canh rau ngót thịt băm Chuối cau	Cá thu sốt cà Bông cải trắng xào Canh bí xanh Lê	Hủ tiếu bò viên Cam
Xế chiều	Pudding chanh dây	Sữa chua	Bánh phô mai	Sinh tố xoài	Bắp luộc
Ngày	10	11	12	13	14
Xế sáng	Sữa socola	Chuối cau	Bánh ngũ cốc / sữa	Bánh Ritz / sữa	Giờ nấu ăn
Trưa	Heo quay kho trứng cút Bầu xào Canh xà lách xoong Nho	Gà nướng ngũ vị Rau bó xôi xào Canh đậu hủ Dưa hấu	Trứng cuộn phô mai Canh chua nấm Chuối	Bò xào rau củ Canh cải ngọt Táo	Nui xào cá hồi Canh rau củ Xoài
Xế chiều	Sữa chua	Bánh pizza phô mai	Bánh bông lan chuối	Chả giò	Chè đậu xanh
Ngày	17	18	19	20	21
Xế sáng	Nước ép táo lê	Sữa đậu nành	Ngũ cốc / sữa	Bánh xúc xích / sữa	Giờ nấu ăn
Trưa	Bún gà Dưa lười	Mì Ý sốt bò băm Bông cải xanh xào Nước cam	Trứng chiên tôm rau củ Canh đậu đỏ sườn heo Chuối	Cá lăn bột Khoai tây chiên Nước táo	Heo quay khía nước dừa Rau muống xào Canh nấm Nho
Xế chiều	Bánh táo nướng	Tôm lăn bột	Bánh muffin nho	Sữa chua	Bánh trứng
Ngày	24	25	26	27	28
Xế sáng	Nước ép táo lê	Bánh yến mạch / sữa	Sữa đậu nành/bánh gạo	Bánh cua phô mai	Giờ nấu ăn
Trưa	Mì xào bò Canh bí xanh Nho	Gà nhồi phô mai Cheddar Bông cải trắng xào Canh bí đỏ Xoài	Cá phile kho Xu xu cà rốt xào Canh mồng tơi Táo	Sườn heo nấu đậu trắng Chuối	Tôm kho Bó xôi xào Canh bắp cải Dưa hấu
Xế chiều	Phô mai que	Khoai lang luộc	Bánh flan	Bánh kẹp mật ong	Khoai tây nghiền phô mai
Xế và món chính được dọn vào buổi sáng và chiều tại lớp học					

*Thực đơn có thể thay đổi tùy theo biến động thị trường thực phẩm

Trường mầm non quốc tế Saigon Montessori