



Cung cấp dưỡng chất.
Cải thiện sức khỏe.

THỰC ĐƠN MẪU HÀNG TUẦN

VUI LÒNG LƯU Ý RẰNG MANNA TRIỂN KHAI CHU KỲ THỰC ĐƠN KÉO DÀI BA TUẦN

	NGÀY 1	NGÀY 2	NGÀY 3	NGÀY 4	NGÀY 5	NGÀY 6	NGÀY 7
BỮA SÁNG	BÁNH BURRITO BỮA SÁNG TRONG CUỘN BỘT MÌ NGUYÊN CẢM KHOAI TÂY CẮT MÚI TÁO TẮM GIA VỊ	NGŨ CỐC NÓNG QUẾ TÁO KHOAI TÂY CẮT MÚI CỐC TRÁI CÂY	BÁNH SANDWICH TRỨNG & PHÔ MAI TRÊN BÁNH MUFFIN ANH XÚC XÍCH GÀ TÂY SỐT TÁO	QUE BÁNH MÌ NƯỚNG KIỂU PHÁP XÚC XÍCH RAU CÙ TRÁI CÂY	NGŨ CỐC CHEERIOS VỚI 2% SỮA CỐC TRÁI CÂY	TRỨNG ỚP LẾT KIỂU TÂY KHOAI TÂY CHIÊN KIỂU ĐỨC SALAD TRÁI CÂY	BÁNH KÉP NGUYÊN HẠT THỊT XÔNG KHÓI GÀ TÂY SỐT TÁO
BỮA TRƯA	SÚP LÚA MẠCH NẤM BÁNH CUỘN CAM	BÒ MAC & PHÔ MAI ĐẬU XANH TÁO	ỚT ĐẬU GÀ TÂY BÁNH CUỘN CỐC TRÁI CÂY	CANH NGÔ BÁNH CUỘN CAM	BÁNH TEMPEH SLOPPEY JOES SALAD MÌ ỚNG LÊ	BÁNH MÌ BISQUE KHOAI LANG & CUA BÁNH CUỘN CỐC TRÁI CÂY	SANDWICH GÀ NƯỚNG SALAD MÌ ỚNG TÁO
BỮA TỐI	HẠT TIÊU NHỒI CHO NGƯỜI ĂN CHAY BÁNH CUỘN CHO BỮA TỐI BÍ NGỒI XÀO	GÀ & BÁNH BAO CÀ RỐT CHO BÉ ĐẬU HÀ LAN XÀO	PENNE & THỊT VIÊN ĐẬU XANH	CÁ BƠN NHỒI XỐT TÔM HÙM CƠM GẠO TRẮNG HỖN HỢP RAU CỦ CALIFORNIA	THỊT LỢN CHUA NGỌT CƠM GẠO LỨT BÔNG CẢI XANH	GÀ CHIÊN LÒ KHOAI LANG ĐÁNH TƠI CẢI BÚP	THỊT GÀ TÂY VỚI NƯỚC THỊT KHOAI TÂY NGHIỀN RAU CHÂN VỊT
MÓN TRÁNG MIỆNG	BÁNH TÁO COBBLER	BÁNH CÀ RỐT	BÁNH ĐÀO COBBLER	BÁNH TÁO COBBLER	BÁNH CÀ RỐT	BÁNH ĐÀO COBBLER	BÁNH TÁO COBBLER

