

*Đậu phụ
sốt cà
& cá sirashu*



Chuối



Canh mướp đậu nhật



*Salad
lơ
xanh
cà rốt sốt kem sữa phomai*



Cơm quinoa đậu lăng đỏ

Cải nấu khoai sọ



Nho đen



Bánh bí đỏ



Cơm 3 màu

Canh

bắp cải



Cơm

rắc bột đậu



*Đậu phụ sốt rau củ
rắc cá bào*



*Trà
lúa
mạch*



Lươn

kho củ cải



Chuối cau

*Cà ri
thịt sườn*



Canh bó xôi



*Nho đen
không hạt*



Cơm trắng



Canh rau cải

Cá chiên bơ tỏi sốt phomai



*Măng
cụt*



Bánh

táo khoai lang



*Tim & gan gà
xào rau củ*



Cơm quinoa

*Sinh tố xoài
chuối*



Susu luộc



*Lươn om chuối
đậu*



*Cơm sốt bí đỏ
dashi cá bào*

