



THE FIRST STEP EDUCATION SYSTEM

TRƯỜNG MẦM NON BƯỚC CHÂN ĐẦU TIÊN

Add: 54 Street No. 7B, An Lac A Ward, Binh Tan District, Ho Chi Minh City, Vietnam

Địa chỉ: 54 đường số 7B, Phường An Lạc A, Quận Bình Tân, TPHCM, Việt Nam

Web: www.tfs.edu.vn | Phone: +84 28 3636 2605 | Hotline: +84 913 666 727

MENU 1 | THỰC ĐƠN 1

FOR KINDERGARTEN | NHÓM CƠM

TIME Thời gian	MON Thứ 2	TUE Thứ 3	WED Thứ 4	THU Thứ 5	FRI Thứ 6
Breakfast <i>Bữa sáng</i> Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Pork rib rice noodle Hủ tiếu sườn non	Chicken Pho noodle Phở gà	Eel vermicelli Miến lươn	Beef & onion pasta Nui xào bò & hành tây	Shrimp & cabbage wonton Hoàn thánh tôm & cải thảo
Fresh fruit <i>Trái cây</i>	Orange juice Cam vắt	Sapoche smoothie Sinh tố Sapoche	Passion fruit juice Nước ép chanh dây	Avocado smoothie Sinh tố bơ	Orange juice Cam vắt
Lunch <i>Bữa trưa</i> Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Steamed Rice – Squid & Vegetables sauté – Chayote & garlic sauté - Tungho soup Cơm trắng – Mực xào rau củ – Su su xào tỏi – Canh rau tần ô	Steamed Rice – Tuna grilled – Steamed mixed vegetable - Tonkin Jasmine soup Cơm trắng – Cá ngừ nướng – Rau củ hấp – Canh bông thiên lý	Steamed Rice – Pork meat ball with tomato sauce - Bean sprout & Green Asparagus sauté - Watercress soup Cơm trắng – Thịt viên sốt cà – Giá xào măng tây – Canh cải xoong	Steamed Rice – Pork, peas & potato stew – Water morning glory & garlic sauté – Clam soup Cơm trắng – Lagu thịt heo, đậu cove, khoai tây – Rau muống xào tỏi – Canh nghêu	Steamed Rice – Fried egg – Kohlrabi & pork sauté – Mixed vegetable soup Cơm trắng – Trứng chiên – Su hào xào thịt nạc – Canh rau củ tổng hợp
Afternoon snack <i>Bữa xế</i> Fresh milk <i>Sữa tươi</i>	Bread, cheese and sausage Bánh mì phô mai xúc xích	Beef rice noodle Bún bò	Scallop porridge Cháo sò điệp	Chicken and lotus seed soup Súp gà hạt sen	Meat ball & tomato sauce spaghetti Mì Ý thịt viên sốt cà
Yogurt, Yakult <i>Sữa chua, sữa chua uống</i>	Vinamilk Yogurt Sữa chua Vinamilk	Yakult Sữa chua uống Yakult	Vinamilk Yogurt Sữa chua Vinamilk	Yakult Sữa chua uống Yakult	Vinamilk Yogurt Sữa chua Vinamilk