

THỰC ĐƠN THÁNG 10/2022

THỜI GIAN	MÓN	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
Từ ngày 03 đến ngày 07 tháng 10/2022						
BUỔI TRƯA	CANH	Canh ngọt nấu chả cá	Canh bí đỏ nấu thịt băm	Canh mướp nấu tôm thịt	Canh bí xanh nấu tôm, thịt	Canh chua nấu tôm
	MẶN	Cá diêu hồng chiên sả	Thịt ram nước dừa	Trứng chiên	Thịt kho củ cải	Thịt kho trứng
	XÀO – LUỘC	Cải thìa, cà rốt xào thịt	Dưa leo xào thịt băm	Đậu cove, cà chua xào thịt băm	Cải thảo xào thịt băm	Rau muống xào thịt băm
	TRÁNG MIỆNG	Yaour	yaour	Yaour	Rau câu	Dưa hấu
BUỔI XE	ĂN NHẹ	Hoành thánh nấu tôm, thịt	Phở bò	Bún gạo nấu tôm, thịt	Nui nấu nấu tôm, thịt	Cháo dinh dưỡng nấu tôm thịt
Từ ngày 10 đến ngày 21 tháng 14/2022						
BUỔI TRƯA	CANH	Canh cải vún nấu tôm, thịt	Canh bí xanh nấu tôm, thịt	Canh bí đỏ nấu thịt băm	Canh chua nấu tôm	Canh khoai tím nấu tôm,thịt băm
	MẶN	Cá chiên sả	Thịt kho củ cải	Gà ram nước dừa	Cá kho tương	Thịt ram nước dừa
	XÀO – LUỘC	Củ su, cà rốt xào thịt	Dưa leo xào thịt băm	Đậu cove, cà chua xào thịt băm	Cải thảo xào thịt băm	Rau muống xào thịt băm
	TRÁNG MIỆNG	Yaour	Yaour	Yaour	Yaour	Chuối cau
BUỔI XE	ĂN NHẹ	Bún gạo nấu tôm, thịt	Súp ngói sao tôm thịt, trứng cút .	Nui nấu tôm, thịt.	Mì gói nấu tôm thịt băm.	Bánh plan

THỜI GIAN	MÓN	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
Từ ngày 17 đến ngày 21 tháng 10/2022						
BUỔI TRƯA	CANH	Canh đu đủ nấu tôm, thịt	Canh rau nấu thịt băm	Canh cải bó xôi nấu tôm thịt	Canh chua nấu tôm	Canh mướp nấu tôm, thịt
	MẶN	Cá diêu hồng chiên sả	Thịt kho củ cải	Gà ram	Cá kho tương	Thịt kho trứng
	XÀO – LUỘC	Cải ngọt xào thịt	Dưa leo xào thịt băm	Đậu cove, cà chua xào thịt băm	Cải thảo xào thịt băm	Củ su xào thịt băm
	TRÁNG MIỆNG	Yaour	yaour	Yaour	Rau câu	Dưa hấu
BUỔI XE	ĂN NHẹ	Phở bò	Bún gạo nấu tôm, thịt	Nui nấu tôm, thịt	Mìnấu nấu tôm, thịt	Bánh canh nấu tôm thịt
Từ ngày 24 đến ngày 28 tháng 10/2022						
BUỔI TRƯA	CANH	Canh ngọt nấu chả cá	Canh bí đỏ nấu thịt băm	Canh mướp nấu tôm thịt	Canh bí xanh nấu tôm, thịt	Canh chua nấu tôm
	MẶN	Cá diêu hồng chiên sả	Thịt ram nước dừa	Trứng chiên	Thịt kho củ cải	Thịt kho trứng
	XÀO – LUỘC	Cải thìa, cà rốt xào thịt	Dưa leo xào thịt băm	Đậu cove, cà chua xào thịt băm	Cải thảo xào thịt băm	Rau muống xào thịt băm
	TRÁNG MIỆNG	Yaour	yaour	Yaour	Rau câu	Chuối cau
BUỔI XE	ĂN NHẹ	Hoành thánh nấu tôm, thịt	Phở bò	Bún gạo nấu tôm, thịt	Nui nấu nấu tôm, thịt	Cháo dinh dưỡng nấu tôm thịt

DUYỆT HIỆU TRƯỞNG



Phạm Thị Hồng Lan

NGƯỜI LẬP

Trần Thị Thanh Thúy