

Gò Vấp, ngày 21 tháng 9 năm 2023

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
(Tuần lễ từ ngày 25/9/2023 đến ngày 01/10/2023)

Thời gian (Thứ - ngày)	Thực đơn bữa trưa					
	Món cơm	Món canh	Món mặn	Món xào	Tráng miệng	Ghi chú
Thứ Hai (25/9/2023)	Cơm trắng	Bắp cải, cà rốt, tôm thịt	Đậu hũ nhồi thịt sốt cà	/	Thạch dừa	
Thứ Ba (26/9/2023)	Cơm trắng	Chua rau muống, tôm thịt	Cá lóc kho tiêu	Susu cà rốt	/	
Thứ Tư (27/9/2023)	Cơm trắng	Cải thảo, cà rốt tôm thịt	Gà ram gừng	/	Nước trà đào	
Thứ Năm (28/9/2023)	Cơm trắng	Bầu nấu tôm thịt	Trứng chiên thịt	Đậu cove	/	
Thứ Sáu (29/9/2023)	Cơm chiên dương châu	Súp lagim tôm thịt	/	/	/	
Thứ Bảy (30/9/2023)	/	/	/	/	/	Không ăn

* **Ghi chú:** Học sinh dư cân béo phì: thêm rau và canh. Học sinh suy dinh dưỡng: thêm cơm và món mặn.

Người xây dựng thực đơn
BẾP TRƯỞNG

9.10

Trần Quế Anh

Người duyệt thực đơn
HIỆU TRƯỞNG



Vũ Thị Thơ