



ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN GÒ VẤP
PHƯỜNG LÝ TỰ TRỌNG

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ

THÁNG: 11/2024

Tuần 1: (Từ ngày 04/11 đến 07/11/2024)

Thứ/ Ngày	MÓN MẶN	MÓN XÀO	MÓN CANH	TRÁNG MIỆNG	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 04/11/2024	THỊT KHO TRỨNG CÚT	CẢI THẢO - CÀ RỐT XÀO	RONG BIỂN NẤU THỊT		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 05/11/2024	HỦ TIẾU NAM VANG TRỘN			YA UA	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 06/11/2024	CHẢ CÁ CHIÊN RIM NƯỚC MẮM	SU SU - CÀ RỐT XÀO	KHOAI MỠ NẤU THỊT XAY		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 07/11/2024	GÀ CHIÊN SỐT CHUA NGỌT	GIÁ HẺ XÀO	BÍ ĐỎ NẤU THỊT		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 08/11/2024	BÒ KHO - BÁNH MÌ			BÁNH NABATI	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM



ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN GÒ VẤP
TRƯỜNG THCS LÝ TỰ TRỌNG

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ

THÁNG: 11/2024

Tuần 2: (Từ ngày 11/11 đến 15/11/2024)

Thứ/ Ngày	MÓN MẶN	MÓN XÀO	MÓN CANH	TRÁNG MIỆNG	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 11/11/2024	CÁ BASA FILLE CHIÊN SỐT CÀ - TIÊU	RAU MUỐNG XÀO	CHUA LÁ DANG NẤU TÉP		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 12/11/2024	CƠM TRỘN HÀN QUỐC			BÁNH CHOCOPIE	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 13/11/2024	XÍU MẠI SỐT CÀ	ĐẬU QUE -CÀ RỐT XÀO	CHUA THẬP CẨM NẤU TÉP		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 14/11/2024	SƯỜN NON NẤU ĐẬU	BẮP CẢI XÀO	HỆ ĐẬU HŨ THỊT XAY		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 15/11/2024	BÁNH CUÓN THỊT XAY			CHUỐI CAU	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM



ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN GÒ VẤP
TRƯỜNG THCS LÝ TỰ TRỌNG

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ

THÁNG: 11/2024

Tuần 3: (Từ ngày 18/11 đến 22/11/2024)

Thứ/ Ngày	MÓN MẶN	MÓN XÀO	MÓN CANH	TRÁNG MIỆNG	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 18/11 /2024	CÁ CƠM CHIÊN GIÒN	DƯA LEO XÀO HÀNH CẦN	CHUA RAU MUỐNG NẤU TÉP		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 19/11/2024	BÚN CHẢ HÀ NỘI			TÁO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 20/11/2024	BÒ XÀO CHUA NGỌT	ĐẬU BẮP XÀO	MƯỚP - MÔNG TƠI NẤU THỊT		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 21/11/2024	ĐẬU HŨ DÒN THỊT RIM SỐT CÀ	CẢI THÌA -CÀ RỐT XÀO	ĐU ĐỦ NẤU THỊT XAY		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 22/11/2024	MIẾN TRỘN GÀ XÉ			BÁNH FLAN	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM



ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN GÒ VẤP
TRUNG ƯƠNG LUYỆN TẬP TỰ TRỌNG

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ

THÁNG: 11/2024

Tuần 4: (Từ ngày 25/11 đến 29/11/2024)

Thứ/ Ngày	MÓN MẶN	MÓN XÀO	MÓN CANH	TRÁNG MIỆNG	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 25/11 /2024	THỊT KHO TIÊU	GIÁ HẸ CÀ RỐT XÀO	CẢI NHÚNG NẤU THỊT		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 26/11/2024	MÌ GÓI XÀO THẬP CẨM			CHUỐI SỨ	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 27/11/2024	ĐÙI GÀ KFC + TƯƠNG ỚT	DƯA LEO XÀO	SUOP NẤU THỊT		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 28/11/2024	COTTLET RAM HÀNH	CỦ SẴN XÀO	CANH BÍ XANH NẤU THỊT		RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 29/11/2024	MÌ Ý SỐT BÒ BẮM			RAU CÂU DỪA	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM