

THỰC ĐƠN THÁNG 10/2024 TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ TRẦN QUỐC TUẤN

THỨ	NGÀY	MÓN MẶN		MÓN XÀO	MÓN CANH	TRÁNG MIỆNG
Ba	01/10	M1	Thịt gà chiên nước mắm	Su su xào cà rốt	Canh mồng tơi mướp nấu thịt	Bánh Nabati
		M2	Thịt bò xào thập cẩm			
TƯ	2/10	M1	Thịt heo kho thơm	Cải ngọt xào	Canh súp nấu thịt	Táo
		M2	Tôm đất rim thịt			
NĂM	3/10	M1	Cá diêu hồng phi lê chiên	Rau muống xào tỏi	Canh hẹ đậu hũ nấu thịt	Bánh Akiko
		M2	Thịt viên trứng cút chiên giòn			
SÁU	4/10	Cơm chiên dương châu + Cánh gà sốt nước mắm			Canh chua bắp cải nấu thịt	Dưa hấu

HAI	7/10	M1	Trứng kho thịt heo	Bắp cải xào cà rốt	Canh khoai mỡ nấu thịt	Chuối
		M2	Cá ba sa phi lê chiên muối sả			
BA	8/10	M1	Thịt ba rọi kho tiêu	Giá xào hẹ	Canh bí xanh nấu thịt	Bánh Nabati
		M2	Chạo thịt rim mặn ngọt			
TƯ	9/10	M1	Cánh gà sốt bơ tỏi	Su su xào cà rốt	Canh cải ngọt nấu thịt	Táo
		M2	Tôm đất rim thịt			
NĂM	10/10	M1	Cá diêu hồng phi lê chiên	Cải thảo xào cà rốt	Canh chua thập cẩm nấu thịt	Bánh gạo
		M2	Thịt ba rọi chiên nước mắm			
SÁU	11/10	Nui xào thịt bò + cải ngọt				Thanh long

HAI	14/10	M1	Cánh gà chiên nước mắm	Su su xào cà rốt	Canh mồng tơi mướp nấu thịt	Chuối
		M2	Thịt heo kho tiêu			
BA	15/10	M1	Cá ba sa phi lê chiên muối sả	Cải ngọt xào	Canh bí đỏ nấu thịt	Bánh Nabati
		M2	Thịt bò xào thập cẩm			
TƯ	16/10	M1	Tôm đất rim thịt	Đậu que xào cà rốt	Canh chua bắp cải nấu thịt	Táo
		M2	Thịt heo kho thơm			
NĂM	17/10	M1	Nem chiên nước mắm mỡ hành	Rau muống xào tỏi	Canh súp nấu thịt	bánh tipo
		M2	Trứng kho thịt			
SÁU	18/10	Bún gạo xào tôm thịt + rau cải ngọt				Dưa hấu

HAI	21/10	M1	Thịt heo rim nước dừa	Đậu đũa xào	Canh cải ngọt nấu thịt	Chuối
		M2	Thịt gà chiên nước mắm			
BA	22/10	M1	Thịt heo chiên nước mắm	Bắp cải xào cà rốt	Canh khoai mỡ nấu thịt	Bánh Nabati
		M2	Tôm đất rim thịt			
TƯ	23/10	M1	Đậu hũ bì kho thịt	Giá xào hẹ	Canh rong biển nấu thịt	Rau câu Jelly
		M2	Cá ba sa phi lê chiên muối sả			
NĂM	24/10	M1	Chạo thịt rim mặn ngọt	Su su xào cà rốt	Canh bí xanh nấu thịt băm	Bánh Akiko
		M2	Thịt bò xào củ hành			
SÁU	25/10	Cơm chiên dương châu - Canh gà sốt me			Canh chua thập cẩm nấu thịt	Thanh long

Hai	28/10	M1	Cá diêu hồng phi lê chiên xì	Bầu xào tỏi	Canh súp nấu thịt	Chuối
		M2	Thịt bò xào thập cẩm			
BA	29/10	M1	Nem chiên sốt chanh dây	Rau muống xào tỏi	Canh bí đỏ nấu thịt	Bánh Nabati
		M2	Thịt heo kho thơm			
TƯ	30/10	M1	Thịt viên trứng cút rim nước mắm	Su su xào cà rốt	Canh chua bắp cải nấu thịt	Táo
		M2	Thịt heo sốt me			
NĂM	31/10	M1	Cánh gà sốt bơ tỏi	Cải ngọt xào	Canh mỳ nấu thịt	Sữa trái cây Ánh Hồng
		M2	Sườn còtlet rim nước dừa			

