

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ

THÁNG : 12 /2023

Tuần 1: (Từ ngày 04/12 đến 08/12/2023)

Thứ/ Ngày	MÓN MẶN	MÓN CANH	MÓN XÀO	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 04/12/2023	THỊT KHO CHẢ CÁ	CANH TRỨNG CÀ CHUA	CẢI THẢO -CÀ RỐT XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 05/12/2023	THỊT XÁ XÍU	HỆ ĐẬU HŨ NẤU THỊT	GIÁ - MƯỚP XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 06/12/2023	CƠM SƯỜN CHẢ	CẢI NGỌT NẤU THỊT	SU SU -CÀ RỐT XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 07/12/2023	ĐÙI GÀ CHIÊN MẮM	RONG BIỂN NẤU THỊT	DƯA LEO XÀO HÀNH CẦN	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 08/12/2023	BÚN GẠO THỊT NƯỚNG, CHẢ GIÒ			RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM



Gò Vấp, Ngày 29 Tháng 11 Năm 2023
NGƯỜI LẬP

Nguyễn Thị Mỹ Vân

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ

THÁNG : 12/2023

Tuần 2: (Từ ngày 11/12 đến 16/12/2023)

Thứ/ Ngày	Món mặn	Món canh	Món xào	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 11/12/2023	CÁ CƠM CHIÊN GIÒN	CHUA THẬP CẨM	SU HẢO XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 12/12/2023	COTTLET RAM HÀNH TÂY	MUỐP - RAU NGÓT NẤU THỊT	BẮP CÁI XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 13/12/2023	ĐÙI GÀ KFC	SOUP NẤU THỊT	CÁI THÌA XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 14/12/2023	THỊT KHO ĐẬU HŨ	KHOAI MỠ NẤU TÉP CANH	CỦ SẴN XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 15/12/2023	BÒ KHO HŨ TIỂU			RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM

HIỆU TRƯỞNG



Vũ Mai Hương

Gò Vấp, Ngày 29 Tháng 11 Năm 2023

NGƯỜI LẬP

Nguyễn Thị Mỹ Vân

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
THÁNG : 12 /2023
Tuần 3: (Từ ngày 18/12 đến 22/12/2023)

Thứ/ Ngày	Món mặn	Món canh	Món xào	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 18/12/2023	TÔM RIM THỊT	CHUA RAU MUỐNG NẤU TÉP	BẮP CẢI XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 19/12/2023	CÁ BASA FILLE XỐT CHANH DÂY	CẢI XANH NẤU THỊT	COVE CÀ RỐT XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 20/12/2023	GÀ KHO SẢ	ĐU ĐỦ HÀM XƯƠNG	GIÁ HẸ XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 21/12/2023	BA RỌI CHIÊN SẢ	RAU BÙ NGÓT NẤU THỊT	ĐẬU Đũa XÀO + SỮA VINAMILK	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 22/12/2023	MÌ Ý SÓT THỊT BÒ BẨM + SỮA VINAMILK			RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM



Vũ Mai Hương

Gò Vấp, Ngày 29 Tháng 11 Năm 2023
NGƯỜI LẬP

Nguyễn Thị Mỹ Vân

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
THÁNG : 12 /2023
Tuần 4: (Từ ngày 25/12 đến 29/12/2023)

Thứ/ Ngày	Món mặn	Món canh	Món xào	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 25/12/2023	ĐÙI GÀ ROTY	CHUA LÁ GIANG NẤU TÉP	DƯA LEO XÀO HÀNH CẦN	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 26/12/2023	TRỨNG LUỘC CHIÊN SỐT THỊT BẮM	RONG BIỂN NẤU THỊT	BẮP CẢI XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 27/12/2023	BÒ XÀO HÀNH CẦN	KHOAI MỠ NẤU TÉP	SU SU -CÀ RỐT XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 28/12/2023	SƯỜN NON RAM CHUA NGỌT	RAU DỀN NẤU THỊT	CỦ SẴN XÀO	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 29/12/2023	NUI XÀO THẬP CẨM			RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM

Gò Vấp, Ngày 29 Tháng 11 Năm 2023
NGƯỜI LẬP

HIỆU TRƯỞNG

Vũ Mai Hương


Nguyễn Thị Mỹ Vân