

THỰC ĐƠN BẾP ĂN THÁNG 11 NĂM HỌC 2023-2024

| STT | Ngày                  | Món                        | Thực đơn bữa trưa                                                | Dư cân - Béo phì     | Suy dinh dưỡng    | Ghi chú |
|-----|-----------------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------|---------|
| 1   | Thứ Hai<br>27/11/2023 | Món mặn<br>Món xào<br>Canh | Cột-lết ram<br>Su su xào thịt<br>Chua ngọt nấu thịt              | Giảm cơm<br>Tăng rau | Tăng khẩu phần ăn |         |
| 2   | Thứ Ba<br>28/11/2023  | Món mặn<br>Món xào<br>Canh | Vịt kho gừng<br>Bầu xào thịt<br>Bí xanh nấu thịt                 | Giảm cơm<br>Tăng rau | Tăng khẩu phần ăn |         |
| 3   | Thứ Tư<br>29/11/2023  | Món mặn<br>Món xào<br>Canh | Chả kho thịt<br>Cải ngọt xào thịt<br>Rau muống nấu chua          | Giảm cơm<br>Tăng rau | Tăng khẩu phần ăn |         |
| 4   | Thứ Năm<br>30/11/2023 | Món mặn<br>Món xào<br>Canh | Heo quay + Xá xiu<br>Su su - cà rốt xào thịt<br>Bắp cải nấu thịt | Giảm cơm<br>Tăng rau | Tăng khẩu phần ăn |         |
| 5   |                       |                            |                                                                  |                      |                   |         |

Duyệt của Hiệu trưởng



Trần Phú Thảo

Y tế

Nguyễn Thị Kim Chi

Gò Vấp, ngày 30 tháng 10 năm 2023

Bếp trưởng

Nguyễn Thị Mận

UBND QUẬN GÒ VẤP  
TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ  
NGUYỄN VĂN NGHỊ

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM  
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

THỰC ĐƠN BẾP ĂN THÁNG 12 NĂM HỌC 2023-2024

| STT | Ngày                  | Món      | Thực đơn bữa trưa    | Dư cân - Béo phì | Suy dinh dưỡng     | Ghi chú |
|-----|-----------------------|----------|----------------------|------------------|--------------------|---------|
| 1   |                       |          |                      |                  |                    |         |
| 2   |                       |          |                      |                  |                    |         |
| 3   |                       |          |                      |                  |                    |         |
| 4   |                       |          |                      |                  |                    |         |
| 5   | Thứ Sáu<br>01/12/2023 | Món nước | Phở thịt + xương heo |                  | I ăng khẩu phần ăn |         |

Gò Vấp, ngày 30 tháng 11 năm 2023

Bếp trưởng

Nguyễn Thị Mận

Y tế

Nguyễn Thị Kim Chi

Đuyệt của Hiệu trưởng

Trần Phú Thảo