

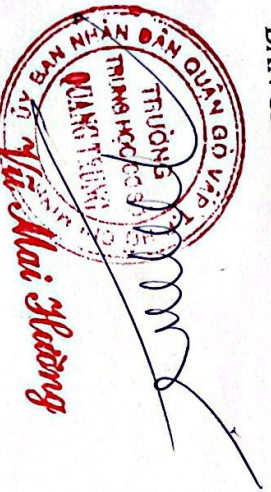
TRƯỜNG THCS QUANG TRUNG

THỰC ĐƠN THÁNG 10/2022 - Tuần 1

(Từ ngày 03/10 đến 07/10/2022)

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 03/10	Tôm rim thịt	canh chua rau muống	cải ngọt xào	Đậu cove luộc	Tăng lượng gả
Thứ 3 04/10	Trứng cút kho thịt nước dừa	Cải bẹ xanh nấu thịt	Cà tím	Giá luộc	Tăng lượng thịt
Thứ 4 05/10	Cottlet ram hành tây	Rau bủ ngọt nấu thịt	Cải chua	Tăng lượng rau	Tăng lượng trứng
Thứ 5 06/10	Gà chiên nước mắm	Canh soup	Giá bẹ xào	Dưa leo	Tăng lượng cá
Thứ 6 07/10	Thịt xá xiu kho dưa cải	Cải ngọt nấu thịt	Cải thảo - cà rốt		Tăng lượng thịt

BAN GIÁM HIỆU TRƯỞNG



TRƯỜNG
THCS QUANG TRUNG
Mai Hoàng

NGÀY 25 THÁNG 09 NĂM 2022
NGƯỜI LẬP


Nguyễn Thị Mỹ Vân