

TRƯỜNG: THCS QUANG TRUNG
Đ/c: 387 Quang Trung, P.10, quận Gò Vấp

THỰC ĐƠN THÁNG 09/2022 - Tuần 3
(Từ ngày 19/09 đến 23/09/2022)

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 19/09	Cá diêu hồng chiên nước mắm	Cải thảo nấu thịt	Đậu đũa	Đậu đũa luộc	Tăng lượng cá
Thứ 3 20/09	Thịt kho trứng	Chua dưa cải nấu tôm	Cải ngọt	Cải ngọt luộc	Tăng lượng trứng
Thứ 4 21/09	Chả cốm chiên	Bầu nấu tôm	Bắp cải	Bắp cải luộc	Tăng lượng chả cá
Thứ 5 22/09	Chạo thịt	Đu đủ hầm xương	Bắp cải xào	Bắp cải luộc	Tăng lượng thịt
Thứ 6 23/09	Cơm chiên đùi gà+			Rau củ luộc	Tăng lượng thịt


Vũ Mai Hương

NGÀY 28 THÁNG 08 NĂM 2022
NGƯỜI LẬP

NGUYỄN THỊ MỸ VÂN