

ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN GÒ VẤP
TRƯỜNG THCS QUANG TRUNG

THỰC ĐƠN THÁNG 11/2022 - Tuần 3
(Từ ngày 14/11 đến 18/11/2022)

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 14/11	cà ri gà	Rau má nấu thịt	Cải chua xào giá	Cải chua trộn	Tăng lượng trứng
Thứ 3 15/11	cá basa file chiên sả ớt	canh chua thập cẩm	Bắp cải xào	Bắp cải luộc	Tăng lượng bò
Thứ 4 16/11	Đùi gà kfc	Cà chua nấu thịt	cải thảo	Cải thảo luộc	Tăng lượng tôm
Thứ 5 17/11	Thịt kho tiêu	bò ngót nấu thịt	cà tím	Cà tím hấp	Tăng lượng thịt
Thứ 6 18/11	Corn sườn+ chả	suop	dưa leo	Dưa leo	Tăng lượng trứng, thịt

NGÀY 25 THÁNG 10 NĂM 2022
NGƯỜI LẬP

Nguyễn Thị Mỹ Vân

