



THỰC ĐƠN TIỂU HỌC
Từ ngày 03 / 09 / 2025 đến 05 / 09 / 2025

Thứ	Sáng	Trưa	Xế	Chiều	Tối
2 (01/09)	NGHỈ LỄ 2/9				
3 (02/09)					
4 (03/09)	Phở gà	Thịt bò băm nấu nấm Su su xào Canh bắp cải Quýt	Bánh chả bông kẹp vuông 40g + Pudding vị nho 100g	Gà khìa nước dừa Bầu luộc Canh bí đỏ Quýt	Bún măng gà
5 (04/09)	Cháo thập cẩm Xôi gà	Thịt kho đậu hũ Giá hẹ xào Canh cải ngọt Thanh long	Nui xào thịt băm	Chạo tôm Đậu bắp luộc Canh đậu hũ hẹ Thanh long	Mì quảng
6 (05/09)	Hủ tiếu nam vang Bún thịt nướng	Cơm gà xối mỡ Canh bí xanh Chuối	Bánh mì nhân cam 30g AH+ Sữa CGHL hương dâu 110ml	Thịt luộc đậu hũ Đậu que xào Canh khoai mỡ Chuối	Nui thịt băm

Ghi chú: Nhà ăn phải nấu đúng thực đơn được duyệt

BQH duyệt



Lê Văn Công



THỰC ĐƠN TUẦN THCS-THPT

Từ ngày 03 / 09 / 2025 đến 07 / 09 / 2025

Thứ	Sáng	Trưa	Định lượng (gr)	Chiều	Tối
2 (01/09)	NGHỈ LỄ				
3 (02/09)					
4 (03/09)	Phở gà	Sườn kho thơm Cà sapa rim tỏi ớt Thịt xào thập cẩm Su su xào Canh bắp cải Quýt	130/47 200 120/65	Gà khìa nước dừa Tôm rim thịt Cà cam kho cà Bầu luộc Canh bí đỏ Quýt	Bún măng gà
5 (04/09)	Cháo Thập cẩm Xôi gà	Gà kho sả Thịt kho đậu hũ Cà điều hong chiên mặn Già hẹ xào Canh cải ngọt Ôi	250 146/45 200	Bò xào dưa leo Chạo tôm Cà bông kho tiêu Đậu bắp luộc Canh đậu hũ hẹ Ôi	Mì quảng
6 (05/09)	Hủ tiếu nam vang Bún thịt nướng	Chả lụa kho thịt Xiu mại sốt cà Cà lóc kho thơm Cải thảo xào Canh bí xanh Chuối	140 152/32 200/45	Gà nấu ragu Cá ngán chiên Thịt luộc đậu hũ Đậu que xào Canh khoai mỡ Chuối	Nui thịt băm
7 (06/09)	Bún bò Bánh ướt chả thịt	Cơm chiên dương châu Canh chua tép Bánh gạo	80/33/69/37/32	Cà rô kho tộ Gà quay Bắp cải luộc Canh mỳ Bánh ngọt	
CN (07/09)	Mì xào thập cẩm	Thịt kho tàu Cà bạc má chiên Bầu xào cà rốt Canh bầu Bánh ngọt	140 200	Cốt lết ram Trứng chiên thịt băm Rau muống xào tỏi Canh mồng tơi Bánh ngọt	

Ghi chú: Nhà ăn phải nấu đúng thực đơn được duyệt

BGH duyệt



Lê Văn Công