**THỰC ĐƠN BÁN TRÚ TIỂU HỌC NHÂN CHÍNH THÁNG 04/2023**

**Tuần 01**

|  |  |
| --- | --- |
| **THỨ** | **HỌC SINH** |
| **QUÀ CHIỀU** |
| 203/04/2023 | 1. Gà ướp ngũ vị chiên giòn |  |
| 2.Chả rim mắm | Bánh gạo tảo biển |
| 3. Bắp cải xào |  |
| 4. Canh mồng tơi nấu bột tôm |  |
| 5.Cơm trắng,  |  |
| 304/04/2023 | 1.Thịt kho trứng cút |  |
| 2.Rau muống xào | Bánh Togazz socola 32g |
| 3.Ổi |  |
| 4.Canh rau muống dầm chua |  |
| 5.Cơm trắng |  |
| 405/04/2023 | 1.Cá basa, thịt xay viên chiên giòn |  |
| 2.Vừng lạc | Sữa chua uống |
| 3.Khoai tây xào |  |
| 4.Canh dưa chua nấu xương |  |
| 5.Cơm trắng |  |
| 06/04/2023 | 1.Bún mọc |  |
|   | Bánh ruốc Hải Châu |
| 607/04/2023 | 1.Thịt ướp ngũ vị chiên  |  |
| 2.Đậu sốt cà chua | Sữa tươi |
| 3.Su su thái chỉ xào |  |
| 4. Canh bí đỏ nấu xương gà |  |
| 5.Cơm trắng |  |

**Tuần 02**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **THỨ** | **HỌC SINH** | **QUÀ CHIỀU** |
|  |
| 210/04/2023 | 1.Gà om nấm | Sữa chua uống Kun |
| 2. vừng lạc |  |
| 3.Bí đỏ xào tỏi |  |
| 4 Canh củ quả hầm xương |  |
| 5.Cơm trắng |  |
| 311/04/2023 | 1.Thịt kho chả |  |
| 2.Khoai tây xào |  |
| 3.Dưa hấu | Bánh Akiko Oishi |
| 4.Canh bầu |  |
| 5.Cơm trắng |  |
| 412/04/2023 | 1.Gà donut chiên |  |
| 2.Chả rim mắm | Bánh kami tảo biển |
| 3.Cải ngọt xào |  |
| 4.Canh bí đỏ nấu xương |  |
| 5.Cơm trắng |  |
| 513/04/2023 | 1.Cơm rang thập cẩm |  |
| 2.Xúc xích | Bánh phô mai sợi gà |
| 3.Canh chua |  |
| 614/04/2023 | 1. Cá Basa chiên giòn |  |
| 2. Thịt xào thập cẩm |  |
| 3. Bắp cải xào | Sữa tươi |
| 4. Canh dưa chua nấu lạc |  |
| 5.Cơm trắng |  |

**Tuần 03**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **THỨ** | **HỌC SINH** | **QUÀ CHIỀU** |
|  |
| 217/04/2023 | 1.Gà rán KFC | Bánh kem xốp |
| 2.Đậu trắng sốt cà chua |  |
| 3. Su su thái chỉ xào |  |
| 4.Ổi |  |
| 5.Canh chua |  |
| 6.Cơm trắng |  |
| 318/04/2023 | 1.Thịt ướp ngũ vị chiên |  |
| 2.Vừng lạc | Bánh mỳ tươi Hải Châu |
| 3.Bí đỏ xào tỏi |  |
| 4.Canh bí xanh nấu bột tôm |  |
| 5.Cơm trắng |  |
| 419/04/2023 | 1.Thịt kho trứng | Sữa tươi |
| 2.Đậu tẩm hành |  |
| 3.Bắp cải xào |  |
| 4.Canh mồng tơi  |  |
| 5.Cơm trắng |  |
| 520/04/2023 | 1.Phở gà | Bánh gạo tảo biển |
| 2.Dưa hấu |  |
| 621/04/2023 | 1.Thịt,chả kho  | Sữa chua uống |
| 2.Vừng lạc |  |
| 3.Khoai tây xào |  |
| 4.Canh cải gừng |  |
| 5.Cơm trắng |  |

**Tuần 04**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **THỨ** | **HỌC SINH** | **QUÀ CHIỀU** |
|  |
| 224/04/2023 | 1.Gà ướp ngũ vị chiên | Bánh su kem |
| 2.Vừng lạc |  |
| 3.Bắp cải xào |  |
| 4.Canh chua  |  |
| 5.Cơm trắng |  |
| 325/04/2023 | 1.Thịt băm rim trứng  |  |
| 2.Giá cà rốt xào miến |  |
| 3.Canh bí đỏ hầm xương | Bánh Togazz socola 32g |
| 4.Cơm trắng dưa hấu |  |
| 426/04/2023 | 1.Cá Basa chiên giòn |  |
| 2.Xúc xích xào thập cẩm |  |
| 3.Cải ngọt xào | Sữa tươi |
| 4.Canh bầu nấu ngao |  |
| 5.Cơm trắng |  |
| 527/04/2023 | 1.Bún ngan gà | Bánh Sanwich |
|   |  |
| 628/04/2023 | 1.Thịt lợn kho chả |  |
| 2.Đậu sốt cà chua |  |
| 3.Rau muống xào | Sữa chua uống |
| 4.Canh rau muống chua dầm me |  |
| 5.Cơm trắng |  |

*Khuyến cáo các món ăn kết hợp không có lợi cho sức khỏe: Cá với sữa, trứng với sữa, Tôm với sữa, Bún, Phở với sữa - Rau, canh có thể thay đổi theo mùa, hoặc do điều kiện khách quan)*