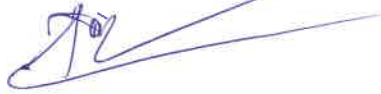


TUẦN 4.3.2026		THỰC ĐƠN - MENU TRƯỜNG TIH, THCS THPT NGÔ THỜI NHIỆM						
THỜI GIAN		THỨ 2 - 23/3	THỨ 3 -24/3	THỨ 4 - 25/3	THỨ 5 -26/3	THỨ 6 -27/3	THỨ 7-28/3	C.NHẬT - 29/3
BỮA SÁNG	M. nước	Phở bò	Bún gạo nấu thịt	Banh canh cá lóc	Mì Quảng-sữa	Bún bò	Bún mọc	Hủ tiếu thịt trứng cút
	M. khô		Bánh mì trứng ốp la	Mì xào thịt rau củ	Xôi đậu xanh thịt băm-sữa	Cơm chiên DC	Nui spaghetti	
BỮA TRƯA	M. mặn 1	Gà hầm hạt sen	Chả lụa rim mắm	Gà chiên ngũ vị	Trứng ốp la cotlet	Gà kho gừng		
	M. mặn 2	Heo quay kim chi	Cá basa file chiên giòn	Thịt xào rau củ	Bò xào hành cần	Chả cá sốt me	Bánh mì bò sốt vang	
	M. mặn 3	Trứng chiên thịt băm	Thịt kho đậu hũ	Đậu chiên sốt thịt	Ba rọi rim mắm	Thịt chiên giòn	Cơm gà xí muối	Cotlet rim mè
	M. mặn 4	Cá cam kho thơm	Cá trắm kho riềng	Tôm rim	Cá nục sốt cà	Cá thu kho khế		
	M. xào	Rau muống xào tỏi	Cải thảo xào	Giá hẹ xào	Cải ngọt luộc	Bắp cải luộc	Dưa leo	Bí xanh xào xì dầu
	M. canh	Canh cải thảo	Canh mồng tơi ngêu	Canh cải dún	Canh bí xanh	Canh cải xanh	Canh rau ngót	Canh rau tần ô
	Tráng miệng	Thanh long	Dưa hấu	Ổi/chuối cau	Táo xanh/dưa hấu	Chuối	Nhãn	Mận
BỮA XE (TH)		Bún mọc	Bánh mì nhím thịt, Sữa dinh dưỡng có đường xylene khô 110ml	Bắp xào thịt	Bánh mì cua phomai, sữa chua trái cây	Cháo tim đậu xanh		
BỮA CHIỀU	M. mặn 1	Ba rọi kho tam củ	Đùi gà rô ti	Cơm tấm sườn trứng	Gà chiên NM	Cotlet khìa nước dừa	Ba rọi chiên mắm	Thịt kho trứng
	M. mặn 2	Cotlet ram	Tôm khoai chiên	Sườn kho củ quả	Thịt kho tàu	Vịt nấu cháo		
	M. mặn 3	Thịt om cà tím	Cá diêu hồng om dưa		Cá lóc kho tiêu	Tôm rim thịt		
	M. xào	Cải ngồng luộc	Cải thìa xào	Rau luộc tc	Su su cà rốt xào	Rau muống luộc	Rau muống xào tỏi	Bắp cải luộc
	M. canh	Canh bắp cải	Canh bầu	Canh rau má	Canh rau dền	Canh súp	Canh cải thảo	Canh bí xanh
	Tráng miệng	Thanh long	Dưa hấu	Ổi	Táo xanh	Chuối	Nhãn	Mận
BỮA TỐI	a	Bánh canh thịt	Mandu sốt tương	Phở gà	Nui nấu thịt	Mì gói tôm thịt		

ĐẠI DIỆN NHÀ ĂN



NGÔ THỊ TÂN

