



# THỰC ĐƠN TIỂU HỌC

Từ ngày 13 / 10 / 2025 đến 19 / 10 / 2025

Thứ	Sáng	Trưa	Xế	Chiều	Tối
2 (13/10)	Mì hoành thánh tôm thịt	Thịt heo kho nấm rơm Su su xào cà rốt Canh cải ngọt Chuối	Bánh mì xúc xích 50g Rau câu vị xoài 80g	Sườn nấu cà ri Đậu que xào Canh mây Chuối	Bún măng gà
3 (14/10)	Phở gà Bún nem nướng	Trứng hấp thịt Bông cải xào Canh bí đỏ Thanh long	Bánh canh giò sống	Bò xay viên nướng lá lốt Cải thảo luộc Canh mướp mỏng tươi Thanh long	Mì xào trứng
4 (15/10)	Cháo thịt băm nấm rơm Xôi gà	Dùi gà chiên Rau muống xào Canh ngũ sắc Quýt	Bánh donut socola dâu 50g Sữa fristy 80ml	Chạo thịt Đậu bắp luộc Canh bầu Quýt	Bún bò
5 (16/10)	Bún mọc Nui spaghetti	Thịt bò xào rau củ Cải thìa xào Canh bí xanh Dưa hấu	Mì xào tôm thịt	Gà sốt me Su su xào Canh cải xanh Dưa hấu	Bánh canh thịt
6 (17/10)	Hủ tiếu thịt Bánh cuốn chả thịt	Bún thịt nướng Chuối	Bánh mì chả bông trứng cắt 50g Bánh flan 80g	Chả cá kho xì dầu Bầu luộc Canh khoai mỡ Chuối	Mì thịt bò

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



*BCH*  
*Lê Văn Công*



# THỰC ĐƠN TUẦN THCS - THPT

Từ ngày 13 / 10 / 2025 đến 19 / 10 / 2025

Thứ	Sáng	Trưa	Chiều	Tối
2 (13/10)	Mì hoành thanh tôm thịt	Cá basa kho thơm Thịt áp chảo + đậu hũ chấy tỏi Bò xào dưa leo Su su xào cà rốt Canh cải ngọt Chuối	Thịt kho củ cải Sườn nấu cà ri Cá ngừ chiên Đậu que xào Canh mây Chuối	Bún măng gà
3 (14/10)	Phở gà  Bún nem nướng	Dùi gà chiên nước mắm Thịt kho măng Cá nục sốt cà Giá hẹ xào Canh bí đỏ Thanh long	Bò xay viên nướng lá lốt Cá lóc kho thơm Tôm xóc tỏi Cải thảo luộc Canh nước mồng tơi Thanh long	Mì xào trứng
4 (15/10)	Cháo thịt băm nấm rơm  Xôi gà	Cơm tấm chà trứng Rau muống xào Canh cải thảo Sữa chua 50g	Chạo thịt Cá lười mè chiên sả Thịt kho đậu hũ Đậu bắp luộc Canh bầu Quýt	Bún bò
5 (16/10)	Bún mọc  Nui spaghetti	Tôm rim thịt Cá diêu hồng chiên sốt xí muội Chả lụa kho trứng cút Cải thìa xào Canh bí xanh Nhãn	Gà sốt me Bò kho cà rốt Cá cam kho thơm cà Su su xào Canh cải xanh Nhãn	Bánh canh thịt
6 (17/10)	Hủ tiếu thịt  Bánh ướt chả thịt	Gà khò gừng Cá sapa rim mắm tỏi Đậu hũ nhồi thịt Bắp cải xào Canh chua tép Chuối	Chả cá kho xì dầu Sườn kho thơm Thịt lúc lắc Bầu luộc Canh khoai mỡ Chuối	Mì thịt bò
7 (18/10)	Bánh mì xá xíu  Bún gạo nấu thịt	Bún cá diêu hồng Bánh bông lan	Thịt kho trứng cút Cá bạc má chiên Cải ngọt luộc Canh bí xanh Bánh ngọt	
CN (19/10)	Bún chả cá	Cơm gà rôti Rau muống xào Canh cải thảo Bánh ngọt	Cốt lết ram Cá thu sốt cà Đậu que xào Canh rau dền Bánh ngọt	

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



Lê Văn Công