

THỰC ĐƠN TUẦN THCS-THPT

Từ ngày 15 / 12 / 2025 đến 21 / 12 / 2025

Thứ	Sáng	Trưa	Chiều	Tối
2 (15/12)	Nui tôm thịt	Gà file chiên bột Cá lóc kho thịt Thịt xào chua ngọt Su su xào cà rốt Canh bí xanh Chuối	Thịt rim mỡ hành Bò xay viên nướng lá lốt Tép um lá chanh Dưa leo xào Canh cải ngọt Chuối	Bún sườn
3 (16/12)	Mì gói thịt băm Xôi mặn	Bò nấu bắp non, cà rốt Thịt kho đậu hũ Cá hương chiên sả Rau muống xào Canh cà chua đậu hũ Nhân/Thanh long	Thịt lúc lắc Cá viên sốt xì muối Gà lá chanh Giá hẹ xào Canh mướp mỏng tươi Nhân/Thanh long	Hủ tiếu
4 (17/12)	Bún bò Huế Bánh mì xíu mại	Gà kho sả Sườn kho thơm Cá diêu hồng chưng tương Bắp cải luộc Canh rau cải Sữa chua	Thịt kho trứng cút Cá bạc má chiên Thịt quay ngũ vị Bầu luộc Canh bí đỏ Quýt	Nui xào thập cẩm
5 (18/12)	Bánh canh thịt Bún thịt nướng	Chả lụa kho trứng cút Gà rô ti Tôm xóc tỏi Cải thìa xào cà rốt Canh khoai mỡ Ói/Dưa hấu	Cá sapa rim tỏi ớt Thịt kho dừa (khô) Cốt lết rim mật ong Rau muống luộc Canh mây Ói/Dưa hấu	Bún riêu
6 (19/12)	Bún cá Bánh hỏi thịt quay	Cá basa kho tiêu Chả trứng Gà ram Giá hẹ xào cà rốt Canh cải Chuối	Sườn nấu cà ri Cá thu sốt cà Đậu hũ viên + thịt chấy tỏi Su su xào Canh tập tằn Chuối	Phở gà
7 (20/12)	Bánh trôi chả lụa Cháo thập cẩm	Bún Thái Bánh gạo	Cá com kho thịt Gà chấy tỏi Đậu bắp luộc Canh khoai mỡ Bánh ngọt	
CN (21/12)	Bún mọc	Gà kho sả Dưa leo Canh chua rau muống Bánh ngọt	Thịt kho củ cải Trứng chiên thịt băm Bầu luộc Canh cải xanh Bánh ngọt	

Ghi chú: Nhà ăn phải nấu đúng thực đơn được duyệt
* Định lượng này là định lượng thực phẩm trước khi nấu.



Lê Văn Công