

TUẦN 1.2.26		THỰC ĐƠN - MENU TRƯỜNG TIH, THCS THPT NGÔ THỜI NHIỆM							
THỜI GIAN		THỨ 2 - 2/2	THỨ 3 - 3/2	THỨ 4 - 4/2	THỨ 5 - 5/2	THỨ 6 - 6/2	THỨ 7 - 7/2	C.NHẬT - 8/2	
BỮA SÁNG	Món nước	Bún bò	Hủ tiếu tôm thịt	Bánh canh nấm mọc-sữa	Bún Thái	Nui nấu thịt	Bún gạo nấu thịt	Mì gói thịt	
	Món khô		Bánh ướt chà thịt	Xôi đậu xanh thịt - sữa	Mì xào hải sản	Cơm chiên TC			
BỮA TRƯA	M. mặn 1	Gà chiên NM	Trứng ốp la cotellet	Gà nấu cà ri	Thịt kho tàu	Vịt kho gừng	Phản ăn 50k:	Phản ăn 50k:	
	M. mặn 2	Heo xào bông cải	Cá viên sốt xì dầu	Cá file chiên sả	Chà lụa rim mắm	Đậu đôn thịt sốt cà	Đùi gà chiên xù	Đùi gà chiên xù	
	M. mặn 3	Trứng cuộn rau củ	Bò xào hành cần	Thịt kho tiêu	Heo quay kim chi	Thịt xào mắm ruốc	Khoai chiên	Khoai chiên	
	M. mặn 4	Cá lóc om dưa cải	Tôm rim	Cá basa kho tộ	Cá bạc má chiên muối ớt	Cá nục sốt cà	Bánh bao	Bánh bao	
	M. xào	Giá hẹ xào	Cải ngọt luộc	Bầu luộc	Cải thảo xào	Rau muống luộc	Quýt thái	Quýt thái	
	M. canh	Canh mồng tơi thịt	Canh đu đủ	Canh cải dún	Canh bí đỏ	Canh bí xanh			
	Tráng miệng	Dưa hấu	Chuối	Táo xanh/dưa hấu	Ôi/chuối cau	Dưa hấu			
BỮA XÉ (TH)		Phở gà	B mì bông lúa Sữa chua uống 90ml	Cháo tim thịt hạt sen	Nui spaghetti		Bánh pizza mini Rau câu trái cây		
BỮA CHIỀU	M. mặn 1	Ba rọi dưa cải	Gà hấp cải bẹ	Cơm tấm sườn trứng	Xiu mại sốt cà	Cotlet ram			
	M. mặn 2	Thịt kho đậu hũ	Thịt kho trứng	Ba rọi kho tam củ	Gà sốt chua ngọt	Chà cá sốt chanh dây			
	M. mặn 3	Cá basa file chiên giòn	Cá diêu hồng chưng tương		Tôm rim thịt	Cá thu kho cà			
	M. xào	Cải thìa xào	Rau củ luộc TC	Su su cà rốt xào	Đậu đũa xào	Cải ngồng luộc			
	M. canh	Canh bầu	Canh cải xanh	Canh rau dền	Canh mướp	Canh bắp cải			
	Tráng miệng	Dưa hấu	Chuối	Táo xanh	Ôi	Dưa hấu			
BỮA TỐI		Mandu sốt tương	Bún mọc	Nui xào TC	Phở bò	Hủ tiếu hăm thịt			

Nghe

ĐẠI DIỆN NHÀ ĂN

NGÔ THỊ TÂN

