TUẦN 3.1.26		THỰC ĐƠN - MENU TRƯỜNG TiH, THCS THPT NGÔ THỜI NHIỆM						
THỜI GIAN		THỨ 2 - 19/1	THỨ 3 - 20/1	THỨ 4 - 21/1	THỨ 5 - 22/1	THỨ 6 - 23/1	THỨ 7 -24/1	C.NHẬT - 25/1
BỮA SÁNG	Món nước	Bún mọc	Hủ tiếu nấm thịt	Canh bún- sữa	Bún gạo nấu thịt	Bún bò	Mì gói trứng XX	Bánh canh nấm mọc
	Món khô		Mì xào hải sản	Bánh Bao- sữa	Bánh mì gà la gu	Xôi chả thịt	Cơm chiên DC	
BỮA TRƯA	M. mặn 1	Gà hầm nấm	Cotlet ram	Gà chiên ngũ vị	Ba rọi kho tam củ	Gà sốt xì dầu		
	M. mặn 2	Đậu dồn thịt sốt cà	Trứng cuộn thịt	Thịt khìa nước dừa	Chả lụa rim mắm tỏi	Thịt kho đậu hũ	Bún chả Hà Nội	Coetlet khìa nước dừa
	M. mặn 3	Thịt heo xóc tắc	Bò xào rau muống	Cá viên sốt chua ngọt	Vịt nấu khoai môn	Sườn rim thơm	Cơm gà hải nam	
	M. mặn 4	Cá trắm kho riềng	Cá cơm kho thịt	Cá lóc kho dưa	Cá trứng chiên lá lốt	Cá nục sốt cà		
	M. xào	Rau muống xào tỏi	Cải thảo xào cà rốt	Cải ngọt luộc	Bầu luộc	Su su cà rốt xào		Bắp non luộc
	M. canh	Canh khoai mỡ	Canh mồng tơi nghêu	Canh bí đỏ	Canh cải dún	Canh rau dền	Canh súp	Canh rau tần ô
	Tráng miệng	Dưa hấu	Thanh long	Táo xanh/chuối cau	Ổi/dưa hấu	Chuối	Nhãn	Dưa hấu
BỮA XẾ (TH)		Bún cá	B.Mì bông lúa chà bông TM Rau câu sữa chua AH	Cháo thịt bò phomai	B.Danish phủ mứt trái cây, Bánh Flan ABS	Nui sao thịt rau củ		
BỮA CHIỀU	M. mặn 1	Trứng ốp la cotlet	Cá basa file chiên sả	Cơm gà xí muội	Xíu mại rim trứng cút	Thịt kho tàu	Thịt kho trứng cút	Gà chiên mắm
	M. mặn 2	Heo quay kim chi	Thịt ram hành mỡ	Ba rọi chiên mắm	Gà lúc lắc	Bò nấu tiêu xanh		
	M. mặn 3	Cá ngừ kho khế	Cá sapa rim mắm tỏi		Tôm xóc tỏi	Cá diêu hồng chiên		
	M. xào	Cải thìa xào	Đậu đũa luộc	Giá hẹ xào	Rau củ luộc TC	Cải ngồng luộc	Rau muống xào tỏi	Bắp cải xào
	M. canh	Canh đu đủ	Canh rau má	Canh bắp cải	Canh cải xanh	Canh bí xanh	Canh rau ngót	Canh cà chua thịt
	Tráng miệng	Dưa hấu	Thanh long	Táo xanh	Ổi	Chuối	Nhãn	Dưa hấu
BỮA TỐI		Bún chả cá	Nui nấu thịt	Phở bò	Cháo tim đậu xanh	Bún thang		

ĐẠI DIỆN NHÀ ĂN

NGÔ THỊ TÂN

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG

VÕ THIỆN TÂM