



# THỰC ĐƠN BÁN TRÚ

(Từ ngày 28 tháng 10 đến ngày 22 tháng 11 năm 2024)

**TUẦN 1 (TỪ : 28/10 ĐẾN 01 THÁNG 11 NĂM 2024)**

THỨ	CANH	MẶN	XÀO	Tráng miệng
HAI	CANH MÂY	ĐŨI GÀ CHIÊN SỐT MÈ RANG	SU SU CÀ RỐT	BÁNH NAPATY
BA	CẢI THẢO CÀ RỐT	CÓT LẾT RAM	GIÁ HẸ	TÁO XANH
TƯ	BẮP CẢI CÀ RỐT	CÁ ĐIỀU HỒNG CHIÊN NƯỚC MẮM XOÀI	CẢI NGỌT	CHUỐI CAU
NĂM	CANH CHUA	THỊT KHO TRỨNG	ĐẬU ĐŨA	NHO
SÁU		BÚN BÒ HUẾ		MẠN

**TUẦN 2 (TỪ : 04/11 ĐẾN 08 THÁNG 11 NĂM 2024)**

THỨ	CANH	MẶN	XÀO	Tráng miệng
HAI	CẢI THẢO CÀ RỐT	SƯỜN RAM MẶN	ĐẬU QUE	BÁNH NAPATY
BA	CANH ĐU ĐŨ	CÁ BASA SỐT CAM	CẢI THĨA	TÁO XANH
TƯ	CANH SÚP	BÒ XÀO CHUA NGỌT	CẢI NGỌT	CHUỐI CAU
NĂM	CANH BẬU	THỊT KHO ĐẬU HŨ	SU SU CÀ RỐT	NHO
SÁU		CÁ RI GÀ + BÁNH MÌ		MẠN

**TUẦN 3 (TỪ : 11/11 ĐẾN 15 THÁNG 11 NĂM 2024)**

THỨ	CANH	MẶN	XÀO	Tráng miệng
HAI	CANH MÂY	TÔM RAM THỊT	ĐẬU QUE	BÁNH NAPATY
BA	CANH CẢI NGỌT	CÁNH GÀ SỐT CAM	SU SU CÀ RỐT	TÁO XANH
TƯ	BẮP CẢI CÀ RỐT	BA RƠI CHIÊN NƯỚC MẮM	GIÁ HẸ	CHUỐI CAU
NĂM	CANH ĐU ĐŨ	CƠM CHIÊN DƯƠNG CHÂU TRỨNG ỚP LA	CẢI THĨA	NHO
SÁU		BÁNH CANH CUA		MẠN

**TUẦN 4 (TỪ : 18/11 ĐẾN 22 THÁNG 11 NĂM 2024)**

THỨ	CANH	MẶN	XÀO	Tráng miệng
HAI	BÍ XANH	GÀ KHO SẢ ỚT	ĐẬU ĐŨA	BÁNH NAPATY
BA	BẮP CẢI CÀ RỐT	SƯỜN KHO ĐẬU HŨ	GIÁ HẸ	TÁO XANH
TƯ	CANH SÚP	THỊT KHO TRỨNG CÚT	SU SU CÀ RỐT	CHUỐI CAU
NĂM	CANH KHOAI MỠ	CÁ BASA LĂN XÙ	BẮP CẢI XÀO THỊT	NHO
SÁU		PHỞ BÒ		MẠN

**GHI CHÚ :** HỌC SINH SUY DINH DƯỠNG VÀ DƯ CÂN BÉO PHÌ

\* SUY DINH DƯỠNG : ĂN THEO KHẨU PHẦN DINH DƯỠNG

\* DƯ CÂN : TĂNG CƯỜNG RAU CŨ , HẠN CHẾ ĐƯỜNG BỘT