



THỰC ĐƠN BÁN TRÚ

(Từ ngày 25 tháng 11 đến ngày 20 tháng 12 năm 2024)

TUẦN 1 (TỪ : 25 ĐẾN 29 THÁNG 11 NĂM 2024)

THỨ	CANH	MẶN	XÀO	Tráng miệng
HAI	CANH SÚP BẮP MỸ	TÔM RAM THỊT	SU SU NĂM ĐÔNG CÔ	BÁNH KEM XỐP
BA	ĐẬU HŨ GIÁ HẸ	THỊT KHO TRÚNG	CÁI THĨA XÀO	TÁO XANH
TƯ	CANH MÂY	CÁ BASA SỐT CAM	CÁI NGỌT XÀO	CHUỐI CAU
NĂM	CANH BÍ XANH	ĐÙI GÀ HẤP HÀNH	BẮP CẢI CÀ RỐT	NHO
SÁU		BÚN BÒ HUẾ		MẠN

TUẦN 2 (TỪ : 02 ĐẾN 06 THÁNG 12 NĂM 2024)

THỨ	CANH	MẶN	XÀO	Tráng miệng
HAI	CANH CHUA	CÁ ĐIỀU HỒNG CHIÊN NƯỚC MẮM XOÀI	CÁI THĨA	BÁNH NAPATY
BA	MÔNG TƠI MƯỚP	BA RỌI CHIÊN NƯỚC MẮM	SU SU CÀ RỐT	TÁO XANH
TƯ	CHUA RAU MUỐNG	GÀ KHO SẢ	CÁI THẢO CÀ RỐT	CHUỐI CAU
NĂM	CANH BÍ ĐỎ	THỊT KHO ĐẬU HŨ	GIÁ HẸ	NHO
SÁU		HŨ TIỂU NAM VANG		MẠN

TUẦN 3 (TỪ : 09 ĐẾN 13 THÁNG 12 NĂM 2024)

THỨ	CANH	MẶN	XÀO	Tráng miệng
HAI	CANH RONG BIÊN	ĐÙI GÀ CHIÊN NƯỚC MẮM	ĐẬU ĐỪA	BÁNH QUY
BA	CANH BẦU	THỊT KHO TRÚNG CÚT	BẮP CẢI CÀ RỐT	TÁO XANH
TƯ	CÁI THẢO CÀ RỐT	TÔM RAM BA RỌI	ĐẬU QUE	CHUỐI CAU
NĂM	CANH ĐU ĐỦ	BÒ XÀO RAU CÙ	SU SU NĂM ĐÔNG CÔ	NHO
SÁU	CANH BÍ XANH	CƠM CHIÊN DƯƠNG CHÂU TRỨNG ÓP LA	CÁI THẢO CÀ RỐT	MẠN

TUẦN 4 (TỪ : 16 ĐẾN 20 THÁNG 12 NĂM 2024)

THỨ	CANH	MẶN	XÀO	Tráng miệng
HAI	CANH MÂY	CÁNH GÀ SỐT CAM	SU SU CÀ RỐT	BÁNH TIPO
BA	KHOAI MỠ	CÓT LẾT RAM	GIÁ HẸ	TÁO XANH
TƯ	CANH ĐU ĐỦ	CÁ LĂN XÙ	CÁI NGỌT NĂM BẢO NGỰ	CHUỐI CAU
NĂM	CANH SÚP	CƠM CHIÊN ĐÙI GÀ XOI MỠ	SU SU NĂM ĐÔNG CÔ	NHO
SÁU		BÁNH CANH CUA		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 CÙ , HẠN CHẾ ĐƯỜNG BỘT