

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
THÁNG : 10/2025

Tuần 1: (Từ ngày 06/10 đến 10/10/2025)

Thứ/ Ngày	MÓN MẶN	MÓN XÀO	MÓN CANH	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 06/10/2025	TÔM LĂN BỘT CHIÊN GIÒN CHẤM SÓT TƯƠNG XÍ MUỘI	CẢI THẢO - CÀ RÓT XÀO	HỆ ĐẬU HŨ NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 07/10/2025	GÀ XÀO LĂN	SU SU -CÀ RÓT XÀO	CẢI NHÚNG NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 08/10/2025	SƯỜN NON KHO THƠM	COVE XÀO	RONG BIỂN NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 09/10/2025	CÁ BASA FILLE KHO	CẢI NGỌT XÀO	CHUA THẬP CẨM NẤU TÔM XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 10/10/2025	PHỞ XÀO BÒ			RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM



Gò Vấp, Ngày 30 Tháng 9 Năm 2025
NGƯỜI LẬP

NGUYỄN THỊ MỸ VÂN

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
THÁNG : 10/2025

Tuần 2: (Từ ngày 13/10 đến 17/10/2025)

Thứ/ Ngày	MÓN MẶN	MÓN XÀO	MÓN CANH	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 13/10/2025	THỊT KHO TRÚNG	DƯA LEO XÁO HÀNH CÀN	CẢI NHÚN NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 14/10/2025	CÁ CƠM KHO TIÊU	GIÁ XÀO MƯỚP	MƯỚP - MÔNG TƠI NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 15/10/2025	GÀ CHIÊN SÓT MẮM NGỌT	CẢI THÌA XÀO	CHUA RAU MUỐNG NẤU TÔM XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 16/10/2025	BÒ KHO CÀ RỐT	GIÁ - MƯỚP XÀO	ĐU ĐỦ NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 17/10/2025	CÀ RI GÀ - BÁNH MÌ			RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM



Gò Vấp, Ngày 30 Tháng 9 Năm 2025
NGƯỜI LẬP

NGUYỄN THỊ MỸ VÂN

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
THÁNG : 10/2025

Tuần 3: (Từ ngày 20/10 đến 24/10/2025)

Thứ/ Ngày	MÓN MẶN	MÓN XÀO	MÓN CANH	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 20/10/2025	CHẢ CÁ CHIÊN CÓM RIM NƯỚC MẮM	RAU MUỐNG XÀO	CHUA LÁ DANG NẤU TÔM XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 21/10/2025	THỊT KHO TIÊU	SU SU -CÀ RÓT XÀO	KHOAI MỠ NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 22/10/2025	GÀ NẤU ĐẬU	CỦ SÂN - CÀ RÓT XÀO	RAU NGÓT NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 23/10/2025	ĐẬU HŨ DÓN THỊT CHIÊN XÓT CÀ	ĐẬU BẮP LUỘC CHẤM NƯỚC TƯƠNG	CANH BẮP CẢI NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 24/10/2025	MÌ GÓI XÀO THẬP CẨM			RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM



HIỆU TRƯỞNG

DƯƠNG HỮU ĐỨC

Gò Vấp, Ngày 30 Tháng 9 Năm 2025
NGƯỜI LẬP

NGUYỄN THỊ MỸ VÂN

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
THÁNG : 10/2025
Tuần 4:(Từ ngày 27/10 đến 31/10/2025)

Thứ/ Ngày	MÓN MẶN	MÓN XÀO	MÓN CANH	Món Ăn cho học sinh béo phì	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 27/10/2025	CÁ TRỨNG TẤM BỘT CHIÊN GIÒN + SÓT ME	CẢI THẢO -CÀ RÓT XÀO	CANH MÂY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 28/10/2025	TRỨNG CỨT SÓT THỊT BÂM	SU HÀO - SU SU -CÀ RÓT XÀO	BÍ ĐỎ NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 29/10/2025	ĐÙI GÀ RIM NƯỚC MẮM	GIÁ HẸ XÀO	SUOP NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 30/10/2025	THỊT KHO THƠM	ĐẬU QUE XÀO	CHUA RAU MUỐNG - NGÓ SEN NẤU THỊT	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 31/10/2025	NUI XÀO THẬP CẨM			RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM



Gò Vấp, Ngày 30 Tháng 9 Năm 2025
NGƯỜI LẬP

NGUYỄN THỊ MỸ VÂN