ỦY BAN NHÂN DÂN PHƯỜNG GÒ VẤP
TRƯỜNG THCS QUANG TRUNG

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
THÁNG : 12/2025

Tuần 1: (Từ ngày 01/12 đến 05/ 12 /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 01/12/2025	THỊT KHO ĐẬU HŨ	SU SU -CÀ RỐT XÀO	KHOAI MỠ NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 02/12/2025	GÀ KHO SẢ	CẢI THẢO XÀO	CHUA THẬP CẨM NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 03/12/2025	CÁ VIÊN XỐT THỊT BẰM	BẮP CẢI XÀO	ĐU ĐỦ HẦM XƯƠNG THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 04/12/2025	SƯỜN NON NẤU ĐẬU	RAU MUỐNG XÀO	BÍ XANH NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 05/12/2025	MÌ Ý SỐT THỊT BẰM + BÁNH GẠO			RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM

Gò Vấp, Ngày 25 Tháng 11 Năm 2024

HIỆU TRƯỞNG

TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ QUANG TRUNG

DƯƠNG HỮU ĐỨC

NGƯỜI LẬP

NGUYỄN THỊ MỸ VÂN

Scanned with CamScanner

Ỷ BAN NHÂN DÂN PHƯỜNG GÒ VẤP
TRƯỜNG THCS QUANG TRUNG

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
THÁNG : 12/2025

Tuần 2: (Từ ngày 08/ 12 đến 12/ 12 /2025)

Thứ/ Ngày	MÓN MẶN	MÓN XÀO	MÓN CANH	Món Ăn cho học sinh béo phi	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 08/12/2025	CÁ BASA FILLE CHIÊN XỐT NƯỚC MẮM	DƯA LEO XÀO CẦN TÀU	BÍ ĐỎ NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 09/12/2025	TRỨNG CÚT XỐT THỊT BẰM	CỦ SẮN XÀO	CHUA BẮP CẢI NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 10/12/2025	CHẢ CÁ CHIÊN CỐM XỐT CHUA NGỌT	GIÁ - MƯỚP XÀO	RAU NGÓT NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 11/12/2025	BÒ LÚC LẮC	ĐẬU ĐŨA XÀO	MÂY HỒNG	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 12/12/2025	CƠM CHIÊN ĐÙI GÀ XỐI MỠ + XỐT TƯƠNG ỚT	CẢI THẢO XÀO	SUOP NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM

Gò Vấp, Ngày 25 Tháng 11 Năm 2024

HIỆU TRƯỞNG

U.B.N.D PHƯỜNG GÒ VẤP T.P HỒ CHÍ MINH
TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ QUANG TRUNG

DƯƠNG HỮU ĐỨC

NGƯỜI LẬP

NGUYỄN THỊ MỸ VÂN

Scanned with CamScanner

ỦY BAN NHÂN DÂN PHƯỜNG GÒ VẤP
TRƯỜNG THCS QUANG TRUNG

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
THÁNG : 12/2025
Tuần 3: (Từ ngày 15 /12 đến 19 / 12 /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 15/12/2025	CÁ CƠM LĂN BỘT CHIÊN + XỐT CHUA NGỌT	BẦU XÀO	RONG BIỂN NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 16/12/2025	THỊT QUAY KHO NƯỚC TƯƠNG	DƯA LEO XÀO	BÍ XANH NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 17/12/2025	GÀ CHIÊN RIM MẮM	BẮP CẢI XÀO	CHUA LÁ DANG NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 18/12/2025	CHẢ TRỨNG THỊT BẰM + XỐT MẮM	RAU MUỐNG XÀO	BÍ ĐỎ NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 19/12/2025	MÌ QUẢNG TRỘN			RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM

Gò Vấp, Ngày 25 Tháng 11 Năm 2024

HIỆU TRƯỞNG

TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ QUANG TRUNG

DƯƠNG HỮU ĐỨC

NGƯỜI LẬP

NGUYỄN THỊ MỸ VÂN

Scanned with CamScanner

ỦY BAN NHÂN DÂN PHƯỜNG GÒ VẤP
TRƯỜNG THCS QUANG TRUNG

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
THÁNG : 12/2025
Tuần 4: (Từ ngày 22/12 đến 26/ 12 /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 22/12/2025	SƯỜN NON KHO THƠM	GIÁ -CẢI CHUA XÀO	BẦU NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 23/12/2025	CÁ BASA FILLE CHIÊN XỐT CHANH DÂY	SU SU -CÀ RỐT XÀO	CHUA RAU MUỐNG NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 24/12/2025	TÔM RIM THỊT	CẢI THẢO XÀO	ĐU ĐỦ NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 25/12/2025	GÀ XÀO LĂN	ĐẬU ĐŨA XÀO	CANH KHOAI MỠ NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 6 26/12/2025	**CƠM CHIÊN GÀ XÉ**	**RAU XÀO**	**CANH SOUP**	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM

Gò Vấp, Ngày 25 Tháng 11 Năm 2024

HIỆU TRƯỞNG

DƯƠNG HỮU ĐỨC

NGƯỜI LẬP

NGUYỄN THỊ MỸ VÂN

Scanned with CamScanner

ỦY BAN NHÂN DÂN PHƯỜNG GÒ VẤP
TRƯỜNG THCS QUANG TRUNG

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
THÁNG : 12/2025
Tuần 5: (Từ ngày 29/12 đến 31/ 12 /2025)

Thứ/ Ngày	MÓN MẶN	MÓN XÀO	MÓN CANH	Món ăn cho học sinh bán phí	Món ăn cho học sinh suy dinh dưỡng
Thứ 2 29/12/2025	THỊT KHO CÁ VIÊN	RAU MUỐNG XÀO	BÍ ĐỎ NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 3 30/12/2025	GÀ CHIÊN XỐT CHUA NGỌT	SU HÀO - SU SU XÀO	CANH MƯỚP - MỒNG TƠI	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 4 31/12/2025	THỊT KHO TÀU	GIÁ MƯỚP XÀO	RONG BIỂN NẤU THỊT XAY	RAU LUỘC	TĂNG LƯỢNG ĐẠM
Thứ 5 01/01/2026	NGHỈ LỄ				

Gò Vấp, Ngày 25 Tháng 11 Năm 2024

HIỆU TRƯỞNG

DƯƠNG HỮU ĐỨC

NGƯỜI LẬP

NGUYỄN THỊ MỸ VÂN

Scanned with CamScanner