

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ

(Tuần lễ từ ngày 05/01/2026 đến ngày 10/01/2026)

Thời gian (Thứ - ngày)	Thực đơn bữa trưa					
	Món cơm	Món mặn	Món canh	Món xào	Tráng miệng	Ghi chú
Thứ Hai (05/01/2026)	Cơm trắng	Thịt kho trứng	Canh hẹ đậu hũ thịt xay	Bắp cải xào		
Thứ Ba (06/01/2026)	Cơm trắng	Cá lóc chiên muối sả	Canh thơm nấu tôm	Rau muống xào		
Thứ Tư (07/01/2026)	Cơm trắng	Thịt ram	Canh cải dún thịt xay	Su su, cà rốt xào	Trái cây: Mận	
Thứ Năm (08/01/2026)	Cơm trắng	Cánh gà chiên nước mắm	Canh rau má nấu thịt	Đậu cô ve xào		
Thứ sáu (09/01/2026)	Hủ tiếu	Thịt bò, bò viên	Nước lèo	Rau thơm	Sữa tươi	
Thứ Bảy (10/01/2026)	Cơm trắng	Đậu hũ dồn thịt	Canh bí xanh thịt xay	Rau xào		

* **Ghi chú:** Học sinh dư cân béo phì: Giảm cơm, thêm rau và canh. Học sinh suy dinh dưỡng:
Thêm cơm và món mặn. Học sinh đi học (bị bệnh): Cháo nấu thịt

Người duyệt thực đơn

HIỆU TRƯỞNG



Đỗ Thị Thanh Huyền

Người xây dựng thực đơn

NHÂN VIÊN Y TẾ

Lê Thị Dung

BẾP TRƯỞNG

Tô Thị Huyền