

THỰC ĐƠN BẾP ĂN THÁNG 10 NĂM HỌC 2020 - 2021

STT	Ngày	Thực đơn	Bữa trưa	Dư cân - Béo phì	Suy dinh dưỡng	Ghi chú
1	Thứ hai 26/10/2020	Món mặn Món xào Canh	Thịt kho tiêu Bắp cải xào Bầu nấu thịt	Giảm com Tăng rau	Tăng khẩu phần ăn	
2	Thứ ba 27/10/2020	Món mặn Món xào Canh	Gà kho nước mắm Đậu que Cải ngọt nấu thịt	Giảm com Tăng rau	Tăng khẩu phần ăn	
3	Thứ tư 28/10/2020	Món mặn Món xào Canh	Cốt-lết ram Giá hẹ Cải thảo nấu thịt	Giảm com Tăng rau	Tăng khẩu phần ăn	
4	Thứ năm 29/10/2020	Món mặn Món xào Canh	Cá viên bọc trứng cút Su cà rốt Chua thom giá bạc hà nấu tép	Giảm com Tăng rau	Tăng khẩu phần ăn	
5	Thứ sáu 30/10/2020	Món nước	Bún bò		Tăng khẩu phần ăn	

Gò Vấp, ngày 30 tháng 09 năm 2020
Bếp trưởng

Duyệt của Hiệu trưởng

Y tế

Nguyễn Văn Hiền

Nguyễn Thị Kim Chi

Nguyễn Thị Mận

