

TRƯỜNG TIỂU HỌC GIA THUY

THỰC ĐƠN ĂN TRƯA – THÁNG 11/ 2016

Tuần	Thứ	Món ăn thứ 1	Rau	Canh	Quà chiều
9	Thứ 2	Trứng đúc thịt	Cải ngọt xào tỏi	Canh su hào nấu thịt	Ngũ cốc dinh dưỡng
	Thứ 3	Thịt lợn sốt đậu hành	Bắp cải xào	Canh rau ngót nấu thịt	Sữa tươi Vi namilk
	Thứ 4	Thịt gà om nấm	Canh bí nấu xương gà	Khoai tây xào tỏi	Bánh mì nhân kem
	Thứ 5	Tôm chao sả + lạc rang muối	Su su xào cà rốt	Rau cải nấu thịt lợn	Sữa tươi Vinamilk
	Thứ 6	Bún tươi	Giò viên nấm hương rim	Canh cua nấu dấm bỗng	Bánh gato cuộn
10	Thứ 2	Thịt kho trứng cút	Rau muống xào tỏi	Canh chua me	Ngũ cốc dinh dưỡng
	Thứ 3	Gà lọc xương chua ngọt	Su hào xào cà rốt	Canh khoai hầm xương	Sữa Su su Vinamilk
	Thứ 4	Cá phi lê tẩm bột rán giòn+ Lạc chiên	Bắp cải xào	Cải canh nấu cá	Caramen thạch
	Thứ 5	Thịt lợn kho tàu	Cải ngọt xào tỏi	Canh đỗ xanh hầm xương	Sữa tươi vinamilk
	Thứ 6	Thịt xay rim mắm	Đậu trắng sốt cà chua hành	Rau ngót nấu thịt	Bánh ngọt nhân kem
11	Thứ 2	Thịt xay sốt cà chua	Su su xào cà rốt	Bắp cải nấu cà chua thịt	Ngũ cốc dinh dưỡng
	Thứ 3	Thịt gà rang gừng	Su hào xào	Canh bí nấu xương gà	Sữa tươi Vi namilk
	Thứ 4	Thịt bò om khoai tây	Cải ngọt xào tỏi	Canh thịt nấu me chua	Bánh mì nhân sữa
	Thứ 5	Chả cá rim tiêu+ lạc chiên	Bắp cải xào	Canh cải nấu thịt	Sữa tươi Vinamilk
	Thứ 6	Bún tươi	Thịt lợn sốt chua ngọt	Canh xương nấu chua	Bánh gato cuộn
12	Thứ 2	Thịt kho trứng cút	Bắp cải xào	Rau ngót nấu thịt	Ngũ cốc dinh dưỡng
	Thứ 3	Gà om nấm	Su hào xào	Canh khoai hầm xương	Sữa su su Vinamilk
	Thứ 4	Cá phi lê tẩm bột rán giòn + lạc chiên	Su su luộc	Cải canh nấu cá	Caramen thạch
	Thứ 5	Giò chả nạc rim tiêu	Bí xanh xào	Khoai khoai hầm xương	Sữa tươi vinamilk
	Thứ 6	Thịt lợn sốt cà chua, đậu	Cải ngọt xào tỏi	Canh cua nấu dấm bỗng	Bánh ngọt nhân kem

(Rau và canh có thể thay đổi nếu có biến động của thời tiết)

CHÚC CÁC CON NGON MIỆNG!