

TRƯỜNG TIỂU HỌC GIA THUY

THỰC ĐƠN THÁNG 11 NĂM 2017

Tuần	Thứ	Món ăn thứ 1	Món ăn thứ 2	Món ăn thứ 3	Món ăn phụ
9	Thứ hai	Trứng đúc thịt	Su su xào cà rốt	Canh đậu hũ nấu thịt	Ngũ cốc dinh dưỡng
	Thứ ba	Thịt gà om nấm	Canh bí nấu xương	Khoai tây xào tỏi	Sữa hộp Vinamilk
	Thứ 4	Thịt lợn sốt đậu cà chua	Cải ngọt xào tỏi	Canh bắp cải nấu thịt	Caramen
	Thứ 5	Cá phi lê tẩm bột rán giòn+ Lạc rang muối	Bầu xào tỏi	Cải xanh nấu cá	Sữa tươi Vinamilk
	Thứ 6	Bún tươi (Cơm trắng- HS không ăn được bún)	Thịt sốt chua ngọt	Canh xương nấu chua	Bánh ngọt nhân kem
10	Thứ 2	Thịt kho trứng cút	Cải ngọt xào tỏi	Đậu hũ nấu thịt	Bánh bao nhân thịt
	Thứ 3	Giò chả rim tiêu	Bắp cải xào	Canh khoai nấu xương	Sữa tươi Vinamilk
	Thứ 4	Tôm rim thịt + Lạc rang muối	Bầu xào tỏi	cải canh nấu thịt	Bánh Cake va ni
	Thứ 5	Thịt lợn sốt đậu cà chua	Cải ngọt xào tỏi	Canh bí ngô nấu thịt, đỗ xanh	Sữa tươi Vinamilk
	Thứ 6	Thịt lợn kho tàu	Rau muống xào tỏi	Canh me chua	Bánh ga to cuộn
11	Thứ 2	Thịt lợn viên nấm hương rán	Bắp cải xào	Rau mùng tơi nấu thịt	Ngũ cốc dinh dưỡng
	Thứ 3	Cá phi lê tẩm bột rán giòn+ lạc rang	Su su cà rốt luộc	Rau cải nấu cá	Sữa tươi Vinamilk
	Thứ 4	Thịt thái mỏng rim mắm	Cải ngọt xào tỏi	Canh đậu hũ non nấu cà chua, thịt.	Bánh cake va ni
	Thứ 5	Thịt gà om nấm	Khoai tây xào tỏi	Canh bí nấu xương	Sữa tươi Vinamilk
	Thứ 6	Bún tươi (Cơm trắng- HS không ăn được bún)	Thịt xay sốt chua ngọt	Canh xương nấu chua	Bánh bao nhân thịt
12	Thứ 2	Thịt lợn kho trứng cút	Cải ngọt xào tỏi	Canh mùng tơi nấu thịt	Sữa ngũ cốc yến mạch
	Thứ 3	Giò chả rim tiêu	Bắp cải xào	Canh bí đỏ nấu đỗ xanh, thịt	Sữa tươi Vinamilk
	Thứ 4	Tôm chao sả+ Lạc rang	Rau muống xào	Canh me chua	Caramen
	Thứ 5	Thịt gà om nấm	Khoai tây xào tỏi	Canh bí nấu xương	Sữa tươi Vinamilk
	Thứ 6	Thịt xay sốt chua ngọt	Su su xào cà rốt	Canh bắp cải nấu thịt	Bánh ngọt nhân kem
13	Thứ 2	Thịt lợn đúc trứng	Bắp cải xào	Rau mùng tơi nấu thịt	Ngũ cốc dinh dưỡng
	Thứ 3	Cá phi lê tẩm bột rán giòn+ lạc rang	Su su cà rốt luộc	Rau cải nấu cá	Sữa tươi Vinamilk
	Thứ 4	Thịt thái mỏng sốt đậu	Cải ngọt xào tỏi	Canh đậu hũ non nấu cà chua, thịt.	Bánh cake va ni
	Thứ 5	Thịt viên nấm	Khoai tây xào tỏi	Canh bí nấu thịt	Sữa tươi Vinamilk
	Thứ 6	Bún tươi (Cơm trắng- HS không ăn được bún)	Thịt xay sốt chua ngọt	Canh xương nấu chua	Bánh bao nhân thịt

* Rau có thể thay đổi theo mùa