|  |  |
| --- | --- |
| UBND QUẬN GÒ VẤP | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **TRƯỜNG TH PHAN CHU TRINH** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |
|  |  |  | *Gò Vấp, ngày 03 tháng 10 năm 2022* |
| **THỰC ĐƠN TRONG TUẦN** |
| *(Từ ngày 03/10/2022 đến ngày 07/10/2022)* |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Thực đơn** | **Buổi trưa** | **Ăn xế**  |
| **Thứ** | **Ngày** | **Món chính** | **Món mặn** | **Món canh** | **Món xào** | **Tráng miệng** |
| 2 | 03/10/2022 | Cơm trắng | Chả kho nước tương | Canh chua bắp cải nấu tôm | Bầu xào | Dưa hấu | Bánh flan |
| 3 | 04/10/2022 | Cơm trắng | Thịt gà kho sả | Bí xanh nấu thịt | Đậu co-ve xào | Chuối | Bánh bao |
| 4 | 05/10/2022 | Cơm trắng | Thịt kho tiêu | Cải xanh nấu tôm | Bắp cải xào | Thanh long | Sữa chua dâu |
| 5 | 06/10/2022 | Cơm trắng | Cá lóc kho tiêu | Khoai mỡ nấu thịt gà | Su su xào |  | Pudding |
| 6 | 07/10/2022 | Cơm trắng | Thịt kho cà rốt | Bí đỏ nấu tôm | Rau muống xào | Mận | Rau câu chanh dây |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| *\* Ghi chú: Học sinh dư cân béo phì: Thêm rau, canh. Học sinh suy dinh dưỡng: Thêm cơm, món mặn.* |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Y tế**  | **Bộ phận bếp** | **HIỆU TRƯỞNG** |