

THỰC ĐƠN TUẦN 8_ từ 23/10/2023 --> 27/10/ 2023

II. Thông tin dinh dưỡng chi tiết của thực đơn cho 1 học sinh từ 8-9 tuổi

STT	Thứ	Món chính	Món mặn	Món canh	Món xào	Tráng miệng
Tiêu chuẩn						
1	Hai 23/10/2023	Cơm	Cá ba sa chiên giòn	Canh bí xanh, bắp mỳ nấu thịt gà	Mướp giá xào thịt gà	Nhãn Bánh cua phomai
2	Ba 24/10/2023	Cơm	Đậu hũ, cà rốt kho thịt	Canh rau dền khoai lang nấu thịt	Cải thảo cà rốt xào thịt gà	Bánh qui Súp gà
3	Tư 25/10/2023	Cơm	Thịt gà kho sả	Canh đu đủ nấu thịt	Cải ngọt xào thịt heo	Táo Sữa chua
4	Năm 26/10/2023	Cơm	Thịt kho bắp non	Canh cải thảo nấu thịt heo	Rau muống xào thịt	chuối cháo thịt bò
5	Sáu 27/10/2023	Cơm	Trứng rán thịt gà	Canh bầu nấu thịt	Bắp cải hành tây xào	Bánh akiko Sữa