

ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 8
TRƯỜNG TIỂU HỌC NGUYỄN TRUNG NGẠN

THỰC ĐƠN THÁNG 9 NĂM 2024

Tuần	Ngày	Món canh	Món mặn	Món xào	Tráng miệng	Bữa xế
Tuần 1	Thứ năm 05/9	Canh cải dòn nấu tôm	Cá basa chiên giòn	Bò xối xào tỏi	Yaourt dẻo tui 50g HL	Sữa Nuticare trái cây 180ml
	Thứ sáu 06/9	Hủ tiếu thịt heo			Pudding trứng sữa 40g AH-T	Xôi khúc HG
Tuần 2	Thứ hai 9/9	Canh chua rau muống	Cá basa kho	Cải thảo xào cà rốt	Sữa lác 90g TP (dâu, cam)	PHỞ GÀ
	Thứ ba 10/9	Canh cải xoong nấu tôm	Thịt heo kho củ cải	Bầu xào trứng	Ồi ta	Bánh Bunner 40g TT
	Thứ tư 11/9	Canh bí xanh nấu thịt heo	Gà kho rau củ mayo	Rau muống xào tỏi	Sữa chua 40g HN	BÚN MỘC
	Thứ năm 12/9	Canh bí đỏ nấu thịt heo	Xiu mại sốt cà	Muróp xào nấm	Flan 32g AH	Sữa ít đường bổ sung sữa non Meta Fresh 180ml
	Thứ sáu 13/9	Bánh canh thịt heo			Rau câu trái cây 55g HP	Bánh Mexico trà xanh 40g TTA
Tuần 3	Thứ hai 16/9	Canh tạp tàng	Đậu hũ sốt thịt heo	Cà rốt xào nấm	Chuối cau	MIẾN GÀ
	Thứ ba 17/9	Canh mây	Gà chiên nước mắm	Su su xào nấm	Sữa chua uống (đu loại) 70ml A	Bánh bông lan SGP HL
	Thứ tư 18/9	Canh đậu hũ giá hẹ	Thịt heo kho trứng	Bông cải xào cà chua	Rau câu 55g (2 lớp) HN	Phở gà
	Thứ năm 19/9	Canh đu đủ	Basa chiên sốt cà	Cải thìa xào tôm	Sữa lác 90g TP (dâu, cam)	Sữa ít đường bổ sung sữa non Meta Fresh 180ml
	Thứ sáu 20/9	Nui thịt heo			Ồi ta	Bánh Hotdog xúc xích 60g TTA
Tuần 4	Thứ hai 23/9	Canh cải xoong nấu thịt heo	Thịt heo kho thơm	Củ sắn xào tôm	Dưa hấu	Mì gà
	Thứ ba 24/9	Canh muróp nấu thịt heo	Cá thu sốt cà	Bắp non xào	Nước thạch trái cây 100ml T	Bánh mì Mehico nhân cade phủ bơ sữa 60g TP
	Thứ tư 25/9	Canh chua tôm	Thịt heo kho đậu hũ	Bông cải xào tỏi	Mặn	Sữa Lục bảo 180ml
	Thứ năm 26/9	Canh tăng ô nấu tôm	Trứng hấp thịt heo	Bắp cải xào nấm	Yaourt dẻo tui 50g HL	Há cảo HG
	Thứ sáu 27/9	Bún bò Huế			Kem Flan trà xanh 36g HN	Sữa ít đường bổ sung sữa non Meta Fresh 180ml

Quận 8, ngày 04 tháng 9 năm 2024

HIỆU TRƯỞNG
TRƯỜNG
TIỂU HỌC
NGUYỄN TRUNG NGẠN
Lê Huỳnh Diễm Thúy