

ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 7
TRƯỜNG TIỂU HỌC NGUYỄN VĂN HƯỞNG

THỰC ĐƠN THÁNG 10/2022 TRƯỜNG TIỂU HỌC NGUYỄN VĂN HƯỞNG

THỨ	NGÀY	MẶN	CANH	XẾ
2	03/10	Chả cá xào củ hành Thịt ba rọi sốt dầu hào	Canh khoai mỡ nấu thịt	Sandwich kẹp chả lụa
3	04/10	Cánh gà chiên nước mắm Cá viên kho mặn	Canh súp nấu thịt	Sữa chua ăn LIF men sống có đường
4	05/10	Trứng vịt kho nước mắm Thịt ba rọi kho tiêu	Canh chua bắp cải nấu thịt	Bánh mì ngọt nhân sô cô la Tài Tài
5	06/10	Chả lụa rim mặn Heo viên chiên giòn	Canh mây nấu thịt	Mì nấu thịt rau củ
6	07/10	Tôm đất rim mặn Thịt nạc rim mè	Canh cải ngọt nấu thịt	Rau câu dừa sữa 3 lớp Hoa Lan
2	10/10	Cá basa phi lê chiên sả Xú mại kho cà	Canh bí đỏ nấu thịt	Cháo trứng bí đỏ nấu thịt bằm
3	11/10	Sườn cốt lết rim nước dừa Đậu hũ kho hành	Canh bí xanh nấu thịt	Sữa tươi Neslte vị socola
4	12/10	Lagu gà - Bánh mì		Sandwich chả bông Kinh Đô
5	13/10	Trứng ốp la Thịt nạc rim mè	Canh chua thập cẩm nấu thịt	Bánh bao thịt Tài Tài
6	14/10	Thịt gà kho sả Cá viên chiên giòn	Canh cải bẹ dím nấu thịt	Bánh flan Ánh Hồng
2	17/10	Trứng vịt kho nước mắm Thịt xào củ hành	Canh súp nấu thịt	Sandwich kẹp chả lụa
3	18/10	Chả lụa rim mặn Heo viên chiên giòn	Canh khoai mỡ nấu thịt	Sữa đậu nành Fami
4	19/10	Cánh gà chiên nước mắm Khoai tây chiên	Canh mây nấu thịt	Bánh cốm sữa Hữu Nghị
5	20/10	Chả cá ba sa chiên giòn Xú mại kho cà	Canh chua bắp cải nấu thịt	Bún riêu nấu thịt bằm
6	21/10	Tôm đất rim mặn Thịt ba rọi sốt dầu hào	Canh cải ngọt nấu thịt	Sữa chua ăn LIF men sống có đường
2	24/10	Đậu hũ kho mặn Thịt viên trứng củ sốt cà	Canh bí xanh nấu thịt	Bún gạo xào thập cẩm
3	25/10	Cá ba sa phi lê chiên xù Bắp xào bơ	Canh bí đỏ nấu thịt	Sữa chua uống Kun vị trái cây nhiệt đới
4	26/10	Cơm chiên dương châu - Cánh gà sốt me	Canh mướp+ mồng tơi nấu thịt	Bánh Staff chả bông Hữu Nghị
5	27/10	Trứng ốp la Thịt nạc vai xào cà chua	Canh hẹ + đậu hũ nấu thịt	Súp gà xé
6	28/10	Cánh gà chiên nước mắm Cá viên chiên giòn	Canh chua thập cẩm nấu thịt	Bông lan nho Phạm Nguyên
2	31/10	Chả lụa rim mặn Thịt nạc kho bắp	Canh khoai mỡ nấu thịt	Bánh bao thịt Tài Tài



Ngày 3 tháng 10 năm 2022
HIỆU TRƯỞNG

VÔ HỮU DƯỠNG