|  |  |
| --- | --- |
| 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 10 tháng 10 năm 2022* |
| **THỰC ĐƠN TRONG TUẦN** |
| *(Từ ngày 10/10/2022 đến ngày 14/10/2022)* |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Thực đơn** | **Buổi trưa** | **Ăn xế**  |
| **Thứ** | **Ngày** | **Món chính** | **Món mặn** | **Món canh** | **Món xào** | **Tráng miệng** |
| 2 | 10/10/2022 | Cơm trắng | Xíu mại sốt cà | Mồng tơi nấu cua | Đậu đũa xào | Dưa hấu | Bánh bông lan |
| 3 | 11/10/2022 | Cơm trắng | Cá ba-sa kho | Bông cải cà rốt nấu thịt | Cải ngọt xào | Ổi | Bánh flan |
| 4 | 12/10/2022 | Cơm trắng | Thịt gà rô-ti | Bầu nấu tôm | Cải thảo xào | Mận | Bánh pudmix |
| 5 | 13/10/2022 | Cơm trắng | Thịt kho đậu hũ | Cải thảo nấu thịt | Bắp cải xào | Chuối | Sữa chua |
| 6 | 14/10/2022 | Cơm trắng | Thịt kho củ cải | Bí đỏ nấu thịt | Cải núng xào | Dưa hấu | Bánh mì nhân chocolate |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| *\* 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** |