|  |  |
| --- | --- |
| 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 17 tháng 10 năm 2022* |
| **THỰC ĐƠN TRONG TUẦN** |
| *(Từ ngày 17/10/2022 đến ngày 21/10/2022)* |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Thực đơn** | **Buổi trưa** | **Ăn xế**  |
| **Thứ** | **Ngày** | **Món chính** | **Món mặn** | **Món canh** | **Món xào** | **Tráng miệng** |
| 2 | 17/10/2022 | Cơm trắng | Thịt kho tiêu | Canh trứng cà chua | Bắp cải xào | Thanh long | Rau câu 2 lớp |
| 3 | 18/10/2022 | Cơm trắng | Cá diêu hồng chiên | Rau dền nấu thịt |  | Chuối cau | Pudding |
| 4 | 19/10/2022 | Cơm trắng | Trứng chiên thịt | Canh chua rau muống nấu tôm | Su hào xào |  | Bánh bông lan mè |
| 5 | 20/10/2022 | Cơm trắng | Đậu hũ nhồi thịt sốt cà | Rau má nấu thịt | Đậu đũa xào | Ổi | Bánh flan |
| 6 | 21/10/2022 | Cơm trắng | Thịt gà kho gừng | Khoai mỡ nấu tôm | Cải ngọt xào | Dưa hấu | Sữa tươi |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| *\* 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** |