

THỰC ĐƠN TUẦN 1_ từ 05/9/2023 --> 08/9/ 2023

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	XẾ
Tiêu chuẩn							
1	Hai 4/9/2023						
2	Ba 5/9/2023	Cơm	Thịt kho thơm	Canh giá đỗ ngô ngọt nấu thịt gà	Rau muống nấm rơm xào thịt	Dưa hấu	Bánh bông lan
3	Tư 6/9/2023	Cơm	Thịt gà kho đậu cove	Canh cải thảo bí đỏ nấu thịt	Củ cải su su xào tôm	bánh qui socola	Sữa chua
4	Năm 7/9/2023	Cơm	Đậu hũ thịt kho nấm	Canh đu đủ rau ngót nấu thịt	Cải ngọt cà rốt xào thịt	JELLY viên	Bánh canh tôm thịt
5	Sáu 8/9/2023	Cơm	Trứng rán thịt gà ngô non	Canh mướp rau dền nấu tôm	Bí xanh cà rốt xào thịt	Nhãn Huế khg cành	Sữa