

THỰC ĐƠN TUẦN 2

từ 11/09/2023 đến 15/09/2023

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
Tiêu chuẩn						
1	Hai 11/09/23	Cơm	Cá ba sa kho hành	Canh cải nhún khoai tây nấu thịt gà	Cải ngọt cà chua xào thịt	Táo ta Bánh xức xích
2	Ba 12/9/2023	Cơm	Thịt kho khoai môn	Canh rau dền bắp Mỹ nấu thịt gà	Bắp cải cà chua xào trứng	bánh xốp
3	Tư 13/9/2023	Cơm	Thịt gà kho khoai tây hành tây	Canh chua rau muống giá nấu thịt	Củ sắn xào thơm (mới)	chuối
4	Năm 14/9/2023	Cơm	Thịt kho củ cải	Canh cải ngọt cà rốt nấu thịt bò	Đậu đũa cà rốt xào thịt	Jelly cháo thịt
5	Sáu 15/9/2023	Cơm	Trứng đúc thịt hành tây	Canh su su nấu thịt gà	Mướp xào thịt gà	sữa