**THỰC ĐƠN THÁNG 02/2022**

**TUẦN 01** (Từ ngày 07/02/2022 đến11/02/2022)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **THỨ** | **SÁNG** | **TRƯA** | **XẾ** |
| **Hai**  **(***07/02)* | - Bánh canh thịt heo, hành ngò.  -Sữa Nuti | -Mặn: Cá thu chiên sốt cà chua, nấm rơm.  -Canh: Đu đủ nấu tôm, thịt heo.  -Tráng miệng: Đông sương sắc màu. | -Cháo đậu đỏ, thịt gà. |
| **Ba**  *(08/02)* | -Mì quảng thịt heo, ngò tàu.  -Sữa Vina | -Mặn: Trứng vịt chiên sốt cà chua, thịt xay.  -Canh: Cải bó xôi nấu thịt bò.  -Xào: Su su xào cà rốt, đậu khuôn.  -Tráng miệng: Quýt đường. | -Bánh mì xíu mại sốt cà chua. |
| **Tư**  **(***09/02)* | -Cháo cà rốt, đậu hà lan, thịt bò.  -Sữa Nuti | -Mặn: Cà bung om nghệ, đ.khuôn, thịt heo.  -Canh: Lá giang, giá đỗ nấu thịt gà, é ngỗ.  -Tráng miệng: Sữa bắp. | -Bún cá thu, cà chua. |
| **Năm**  *(10/02)* | -Nui sao cà rốt, su su, thịt heo.  -Sữa Vina | -Mặn: Lươn om ngũ vị hương, chuối xanh, ớt chuông.  -Canh: Mây nấu tôm, thịt heo.  -Tráng miệng: Dưa hấu. | -Phở nam thịt gà, é gừng. |
| **Sáu**  *(11/02)* | -Súp củ quả thịt gà, trứng sợi.  -Sữa Nuti | -Mặn: Thịt heo om trứng cút, cà chua.  -Canh: Bí xanh thịt bò.  -Xào : Rau muống xào bơ tỏi.  -Tráng miệng: Thanh long | -Miến PH nấu vịt măng tây, cà chua. |

**TUẦN 02**

(Từ ngày 14/02/2022 đến ngày 18/02/2022)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **THỨ** | **SÁNG** | **TRƯA** | **XẾ** |
| **Hai**  **(***14/02)* | -Phở bắc é gừng, thịt gà  -Sữa Nuti grow | -Mặn: Vịt sốt nấm hương, cà rốt.  -Canh: Mướp, mồng tơi nấu thịt heo.  -Xào : Sú xào nấm.  -Tráng miệng: Chuối tiêu. | -Bún riêu, cà chua. |
| **Ba**  *(15/02)* | -Cháo đậu dỏ, thịt gà, hành lá.  -Sữa Vina | -Mặn: Thịt bò kho bát bửu, hạt sen.  -Canh: Bí đỏ nấu thịt heo.  -Tráng miệng: Bánh AFC | -Nui sò, cà rốt, nấm, thịt heo. |
| **Tư**  **(***16/02)* | -Mì vàng thịt heo, hẹ lá.  -Sữa Nuti | -Mặn: Cá thu kho ngũ liễu.  -Canh: Cải thảo nấu thịt gà.  -Xào : Mướp xào giá.  -Tráng miệng: Rau câu dừa. | -Súp củ quả cua đồng, trứng gà. |
| **Năm**  *(17/02)* | -Bánh canh cá thu, hành phi.  -Sữa vina | -Mặn: Chả trứng , thịt heo, mộc nhĩ, bún tàu.  -Canh: Rau tàn ô nấu tôm, thịt heo.  -Tráng miệng: Nước chanh. | -Bánh mì lagu, thịt gà. |
| **Sáu**  *(18/02)* | -Hủ tíu thịt heo, củ cải, nấm rươm.  -Sữa Nuti | -Mặn: Đậu khuôn rim thịt ba chỉ, cà rốt, đậu cove.  -Canh: Lươn nấu bạc hà, giá đỗ.  -Tráng miệng: Sữa đậu nành, lá dứa. | -Mì trứng nấu  thịt gà, cà chua,  xà lách. |

**TUẦN 03**

(Từ ngày 21/02/2022 đến ngày 25/02/2022)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **THỨ** | **SÁNG** | **TRƯA** | **XẾ** |
| **Hai**  **(***21/02)* | -Bún bò huế, rau thơm.  -Sữa Nuti | -Mặn: Mực xào mướp, cà chua, nấm.  -Canh: Rau dền nấu thịt gà.  -Tráng miệng: Sữa đậu xanh. | -Súp ngô ngọt, nấm tuyết, thịt heo, trứng gà. |
| **Ba**  *(22/02)* | -Phở nam thịt heo,  é gừng.  -Sữa Vina | -Mặn: Vịt kho khoai sọ, cà chua.  -Canh: Cá thu nấu me chua, é ngỗ.  -Xào: Đậu cove xào cà rốt  -Tráng miệng: Chuối đà lạt. | -Miến gà, rau răm. |
| **Tư**  **(***23/02)* | -Bánh canh thịt gà, hẹ lá.  -Sữa Nuti | -Mặn: Thịt bò kho mộc nhĩ, cà rốt.  -Canh: Khoai tím nấu tôm, thịt heo.  -Tráng miệng: Bánh plan. | -Cháo thịt heo, khoai sáp, hành ngò. |
| **Năm**  *(24/02)* | -Nui sao cà rốt, su su, thịt gà.  -Sữa Vina | -Mặn: Tôm thịt heo sốt dứ, nấm rơm.  -Canh: Rau tạp tàng nấu cua đồng.  -Tráng miệng: Đông sương nhãn | -Bánh mì cari vịt. |
| **Sáu**  *(25/02)* | -Cháo đậu xanh, thịt heo.  -Sữa Nuti | -Mặn: Thịt gà nấu đậu tipo, cà rốt, k.tây.  -Canh: Bầu nấu cá thu.  -Xào: Cải thảo xào nấm.  -Tráng miệng: Saboche | -Hủ tíu Nam vang, tôm ,thịt heo, cần tây. |

**NGƯỜ XD THỰC ĐƠN PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

**Hoàng Thị Cẩm Uyên Lương Thị Băng Tâm**