|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bữa ăn** | **Thứ hai**03/03/2025 | **Thứ ba**04/03/2025 | **Thứ tư**05/03/2025 | **Thứ năm**06/03/2025 | **Thứ sáu**07/03/2025 | **Thứ bảy**08/03/2025 |
| **SÁNG** | Mì vang thịt bò, hẹ láSữa Nutricare | Miến gà cải thảoSữa Vina | Cháo cá thu, đậu xanhSữa Nutricare | Phở bắc thịt heoSữa Vina | Nui sao củ quả thịt gàSữa Nutricare | Bánh canh thịt heoSữa Vina |
| **TRƯA** | **CƠM** | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng |
| **KHO** | Cá diêu hồng kho nấm rơm | Trứng vịt chiên thịt heo | Thịt bò soong đậu | Thịt gà om nấm rơm | Vịt sốt nấm hương | Thịt ba chỉ kho trứng cút |
| **CANH** | Canh bí xanh nấu tôm | Canh chua lươn nấu chua | Canh bắp sú nấu thịt gà | Canh cải xanh nấu thịt bò | Canh rau tạp tàng nấu cua đồng | Canh gà nấu cải thảo |
| **XÀO** | Rau muống luộc | Dưa leo xào hẹ lá | Bí đỏ um | Giá xào mướp | Cải ngọt xào | Bầu luộc |
| **TRÁNG MIỆNG** | Nước chanh | Chuối cau | Rau câu dừa | Kem plan | Yaourt | Thanh long |
| **XẾ** | Bánh mì vịt tiềm | Súp nấm tuyết cà rốt, thịt bò | Mì chũ nấu thịt heo, xà lách | Bún chả mực | Bánh đa nấu tôm | Cháo cá lóc, hạt kê |

**THỰC ĐƠN THÁNG 03/2025**

Tuần 01 (Từ ngày 03/03/2025 đến ngày 08/032025 )

**THỰC ĐƠN THÁNG 03/2025**

Tuần 02 (Từ ngày 10/03/2025 đến ngày 15/03/2025 )

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bữa ăn** | **Thứ hai**10/03/2025 | **Thứ ba**11/03/2025 | **Thứ tư**12/03/2025 | **Thứ năm**13/03/2025 | **Thứ sáu**14/03/2025 | **Thứ bảy**15/03/2025 |
| **SÁNG** | Bún bò huếSữa Vina | Bánh canh cá thuSữa Nutricare | Mì quảng thịt heo trứng cútSữa Vina | Súp củ quả thịt gàSữa Nutricare | Cháo lươn khoai sápSữa Vina | Mì chũ thịt gàSữa Vina |
| **TRƯA** | **CƠM** | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng |
| **KHO** | Mực xào mướp | Thịt bò kho mè | Sườn non rim me | Thịt heo xíu mại | Cari cá thu | Trứng vịt chiên sốt cà chua |
| **CANH** | Đu đủ xanh nấu thịt heo | Rau mồng tơi nấu tôm | Bí đỏ nấu thịt bò | Cá thu nấu chua | Canh mây tôm, thịt heo | Rau ngót nấu thịt heo |
| **XÀO** | Cải bó xôi xào | Su su xào đậu khuôn | Súp lơ, cà rốt luộc | Mướp xào  | Rau muống xào bơ | Đậu cove xào |
| **TRÁNG MIỆNG** | Nước bí đao | Sữa bắp | Nước cam | Đậu nành covang | Mận | Dưa hấu |
| **XẾ** | Hủ tíu thịt gà, củ cải, nấm | Cháo thịt heo, đậu đỏ | Bánh mì kẹp trứng | Mì gói nấu thịt bò | Bún vịt măng tây | Miến nấu thịt bò |

**THỰC ĐƠN THÁNG 03/2025**

Tuần 03 (Từ ngày 17/03/2025 đến ngày 22/03/2025 )

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bữa ăn** | **Thứ hai**17/03/2025 | **Thứ ba**18/03/2025 | **Thứ tư**19/03/2025 | **Thứ năm**20/03/2025 | **Thứ sáu**21/03/2025 | **Thứ bảy**22/03/2025 |
| **SÁNG** | Hủ tíu bò khoSữa Nutricare | Bún cá diêu hồngSữa Vina | Cháo thịt heo, cà rốt, su su, phomaiSữa Nutricare | Miến nấu thịt gà, cà rốt, nấmSữa Vina | Bánh canh thịt heo trứng cútSữa Nutricare | Súp đậu xanh thịt heoSữa Vina |
| **TRƯA** | **CƠM** | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng |
| **KHO** | Cá thu kho ngũ liễu | Lươn om ngũ vị hương | Thịt bò kho bát bửu | Thịt ba chỉ kho keo | Vịt nấu chao, khoai môn | Cá lóc om chuối, đậu |
| **CANH** | Rau dền nấu thịt heo | Khoai tím nấu thịt gà | Mướp, mồng tơi nấu tôm | Chả cá thác lác nấu chua | Đậu hũ, hẹ lá nấu tôm, thịt heo | Cải ngọt nấu thịt heo |
| **XÀO** | Súp lơ, cà rốt xào | Đậu cove luộc | Bắp sú xào | Dưa leo xào giá | Cà rốt, khoai tây luộc | Su su xào |
| **TRÁNG MIỆNG** | Đông sương sắc màu | Sữa chua uống | Nước chanh dây | Saboche  | Sữa đậu xanh | Quýt đường |
| **XẾ** | Cháo vịt đậu xanh | Bánh mì xíu mại | Bánh đa cua đồng | Bún riêu | Cháo mực cà rốt, nấm hương | Nui sò cà rốt, thịt gà |

**THỰC ĐƠN THÁNG 03/2025**

Tuần 04 (Từ ngày 24/03/2025 đến ngày 29/3/2025 )

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bữa ăn** | **Thứ hai**24/03/2025 | **Thứ ba**25/03/2025 | **Thứ tư**26/03/2025 | **Thứ năm**27/03/2025 | **Thứ sáu**28/03/2025 | **Thứ bảy**29/3/2025 |
| **SÁNG** | Cháo cá lóc, đậu xanh Sữa Vina | Phở nam thịt bòSữa Nutricare | Nui sò nấu thịt bò cà chua, nấmSữa Vina | Bánh canh nấu tômSữa Nutricare | Bún cá thuSữa Vina | Cháo thịt bò cà rốtSữa Vina |
| **TRƯA** | **CƠM** | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng | Cơm trắng |
| **KHO** | Lươn om chuối đậu | Tôm, thịt heo sốt dưa | Thịt gà nấu cari | Sườn non rim thơm | Cà bung om nghệ đậu khuôn, thịt heo | Thịt gà, sả rim mặn |
| **CANH** | Gà nấu lá giang giá đỗ | Bầu nấu cá thu | Su su, ngô ngọt nấu thịt bò | Mướp nấu thịt gà | Súp lơ, cà rốt nấu tôm | Rau tàn ô nấu thịt heo |
| **XÀO** | Bắp sú xào đậu khuôn | Cải ngọt xào nấm | Bí đỏ um | Lagim luộc | Rau muống xào bơ | Cải thảo xào cà rốt |
| **TRÁNG MIỆNG** | Kem plan | Xoài chín | Yaourt | Nước nha đam mã đề  | Đậu nành covang | Chuối Đà Lạt |
| **XẾ** | Bún nghệ suông | Bánh mì cari gà | Cháo lươn khoai môn | Mì quảng nấu tôm, thịt heo | Súp củ quả cua đồng | Hủ tíu nam vang |

 **NGƯỜI XÂY DỰNG THỰC ĐƠN PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

 **Hoàng Thị Cẩm Uyên Lê Thị Nương**