

ỦY BAN NHÂN DÂN HUYỆN BẢO LÂM
TRƯỜNG PHỔ THÔNG ĐỊNH BẢO LÂM

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN (Tuần 01)
Áp dụng từ ngày 02 Đến ngày 5 tháng 01 Năm 2025

BUỔI	MÓN ĂN	Thứ 2 Ngày	Thứ 3 Ngày	Thứ 4 Ngày	Thứ 5 Ngày 02/01	Thứ 6 Ngày 03/01	Thứ 7 Ngày 4/01	Chủ nhật Ngày 5/01
SÁNG	1.					Phở xương mọc	Bánh cuốn chả	Bánh mì dưa leo
TRƯA	1.				Sườn kho củ quả	Gà kho nấm	Thịt kho	Bún giò heo củ quả
	2.				Xu xu cà rốt xào thịt	Canh rau ngót nấu thịt băm	Lơ xào thịt bò	
	3.				Canh bí xanh	Cải thảo xào	Canh rau tơi nấu canh	
	4.					Trái cây		Bữa ăn cải thiện
CHIỀU	1.				Thịt luộc + chả	Trứng chiên chả lụa	Cá kho	Chả chiên
	2.				Bắp xù xào	Bí xanh xào	Cải ngọt xào	Bắp cải xào
	3.				Canh cải xoong nấu tôm khô	Canh cải cúc nấu thịt	Canh bí xanh	Bí đỏ nấu đậu phộng

Được của BGH
PHỔ THÔNG
ĐẠI TỘC HỮU TỬ
TRƯỜNG HẠC CO
H. BẢO LÂM
NGUYỄN THỊ HOA

Y tế
Đại diện học sinh
NGÔ THỊ BÌNH

Chị
K'Chi

Người làm thực đơn
ĐINH THỊ THẢO

ỦY BAN NHÂN DÂN HUYỆN BẢO LÂM
TRƯỞNG PHÒNG THÔNG DTNT BẢO LÂM

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN (Tuần 02)
Áp dụng từ ngày 6 Đến ngày 12 tháng 01 Năm 2025

BUỔI	MÓN ĂN	Thứ 2 Ngày 6/01	Thứ 3 Ngày 7/01	Thứ 4 Ngày 8/01	Thứ 5 Ngày 9/01	Thứ 6 Ngày 10/01	Thứ 7 Ngày 11/01	Chủ nhật Ngày 12/01
SÁNG	1.	Phở	Cơm thịt kho	Bánh mì dưa leo chả lụa	Bánh cuốn chả	Phở	Xôi chả	Bánh mì dưa leo chả lụa
TRƯA	1.	Cá chiên	Bò kho	Thịt luộc trộn mè rau thơm	Tôm ram thịt	Gà luộc muối tiêu chanh	Chân giò hấp	Phở giò heo
	2.	Nấm xào mướp thịt nạc	Xu hào xào thịt	Đậu cô ve xào tim cật	Lơ xào thịt bò	Xu xu xào	Bí xanh xào thịt	Nấm củ quả
	3.	Canh rau toi nấu tôm khô	Canh cải thảo	Canh rau toi nấu tôm khô	Canh chua	Canh cải xoi	Canh rau dền nấu tôm	
	4.		Trái cây			Trái cây		Bữa ăn cải thiện
CHIỀU	1.	Thịt kho đậu khuôn	Gà kho xả ớt	Cá kho tộ	Trứng chiên chả lụa	Cá hấp kho măng	Bò kho	Thịt kho trứng
	2.	Bí xanh xào	Cải thìa xào	Rau cải xào	Rau xào	Bắp xù xào	Cải ngọt xào	Cải thảo xào
	3.	Canh cà chua giá	Canh mướp + phụng	Canh rau ngót nấu thịt heo	Canh cải cúc nấu thịt	Canh rau toi nấu tôm	Canh mướp đậu phụng	Canh rau ngót

ĐẠI DIỆN ỦY BAN NHÂN DÂN HUYỆN BẢO LÂM
PHÓ CHỦ TỊCH
CÁI TỘC NỘI TRƯỞNG
TRƯỞNG PHÒNG THÔNG DTNT BẢO LÂM
H. BẢO LÂM
NGUYỄN THỊ HOA

Y tế
NGÔ THỊ BÌNH

Đại diện học sinh
Chị
K. Chị

Người làm thực đơn
ĐINH THỊ THẢO

ỦY BAN NHÂN DÂN HUYỆN BẢO LÂM
TRƯỜNG PHỔ THÔNG DTNT BẢO LÂM

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN (Tuần 03)
Áp dụng từ ngày 13 Đến ngày 19 tháng 01 Năm 2025

BUỔI	MÓN ĂN	Thứ 2 Ngày 13/01	Thứ 3 Ngày 14/01	Thứ 4 Ngày 15/01	Thứ 5 Ngày 16/01	Thứ 6 Ngày 17/01	Thứ 7 Ngày 18/01	Chủ nhật Ngày 19/01
SÁNG	1.	Bánh cuốn chả	Cơm thịt kho	Bánh mì dưa leo chả lụa	Phở xương mọc heo	Bún riêu	Xôi chả	Bún mọc
	1.	Thịt luộc trộn mè rau thom	Gà ta rang lá chanh	Cá chiên	Bò kho	Sườn ram	Gà kho nấm	Bò kho bánh mì
	2.	Bò xào thập cầm	Xu xu xào	Bầu xào	Đậu cô ve xào thịt nạc	Canh chua	Lò xào thập cầm	
	3.	Canh chua	Rau toi nấu tôm khô	Canh cải xoong nấu tôm khô	Canh bí xanh	Su hào xào thịt	Canh rau toi nấu canh	
TRƯA	4.		Trái cây			Trái cây		Bữa ăn cải thiện
	1.	Cá kho riêng	Thịt kho trứng	Thịt kho chua ngọt	Thịt luộc + chả quế	Trứng chiên chả lụa	Thịt luộc	Thịt kho đậu khuôn
	2.	Bắp cải xào	Cải ngọt xào	Cải thảo xào	Rau muống xào tỏi	Dưa chua xào thịt	Cải ngọt xào	Bắp cải xào
	3.	Canh rau cúc nấu thịt	Canh rau dền	Canh bí đỏ nấu đậu phộng	Canh nước rau	Canh cải cúc nấu thịt	Canh bí xanh	Bí đỏ nấu đậu phộng
CHIỀU								

Được của BCGH
PHỔ THÔNG
ĐẠI HỌC NỘI TRƯ
TRƯỜNG H. 630
H. 630

HUYỀN THỊ HOA

Y tế

Y tế

NGÔ THỊ BÌNH

Đại diện học sinh

Đại

K' Đại

Người làm thực đơn

Người

ĐINH THỊ THẢO

ỦY BAN NHÂN DÂN HUYỆN BẢO LÂM
TRƯỜNG PHO THÔNG DTNT BẢO LÂM

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN (Tuần 04)
Áp dụng từ ngày 20 Đến ngày 25 tháng 01 Năm 2025

BUỔI	MÓN ĂN	Thứ 2 Ngày 20/01	Thứ 3 Ngày 21/01	Thứ 4 Ngày 22/01	Thứ 5 Ngày 23/01	Thứ 6 Ngày 24/01	Thứ 7 Ngày 25/01	Chủ nhật Ngày
SÁNG	1.	Xôi chả	Phở xuong mọc	Bánh mì dưa leo chả lụa	Bún riêu	Cơm thịt xốt cà chua	Bánh cuốn chả	
TRƯA	1.	Vịt luộc chấm mắm gừng	Cá chiên	Thịt kho	Bò kho củ quả	Gà kho nấu	Chân giò hấp	
	2.	Lợn xào thập cầm	Dưa chua xào lòng heo	Bầu xào thịt	Đậu cô ve xào	Xu xu xào	Bí xanh xào thịt	
	3.	Canh rau toi nấu canh	Canh rau muống	Canh cải xoong nấu tôm khô	Canh bí xanh	Canh cải xối	Canh rau dền nấu tôm	
	4.		Trái cây			Trái cây		
CHIỀU	1.	Thịt kho tàu	Gà kho xả ớt	Trứng chiên + chả quế	Cá kho	Chả chiên	Bò kho	
	2.	Cải ngọt xào	Bí xanh xào thịt	Cải thảo xào	Rau muống xào tỏi	Bắp xù xào	Cải ngọt xào	
	3.	Canh xuong bí xanh	Canh cà chua trứng	Canh bí đỏ nấu đậu phộng	Canh nước rau	Canh rau toi nấu tôm	Canh mướp đậu phộng	

Được của BGH
PHÓ THÔNG
DÂN TỘC NỘI TỰ
TRƯỜNG PHO THÔNG
H. BẢO LÂM

HUYỀN THỊ HOA

Y tế

NGÔ THỊ BÌNH

Đại diện học sinh

ĐINH THỊ THẢO

Người làm thực đơn