

ỦY BAN NHÂN DÂN HUYỆN BẢO LÂM
TRƯỞNG PHÓ THÔNG ĐIỆP BẢO LÂM

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN 01(Tuần 01)

Áp dụng từ ngày 01 Đến ngày 6 tháng 10 Năm 2024

BUỔI	MÓN ĂN	Thứ 2 Ngày	Thứ 3 Ngày 1/10	Thứ 4 Ngày 2/10	Thứ 5 Ngày 3/10	Thứ 6 Ngày 4/10	Thứ 7 Ngày 5/10	Chủ nhật Ngày 6/10
SÁNG	1.		Xôi chà	Mì tôm giá thịt	Bánh cuốn chà	Cơm thịt xốt cà chua	Xôi chà	Bún riêu
	1.		Gà kho xả ớt	Thịt luộc trộn mè rau thơm	Tôm ram thịt	Gà kho nấm	Cá chiên	Bò kho bánh mì
	2.		Rau giá xào lòng gà	Đậu cô ve xào tim cật	Đậu cô ve xào thịt	Xu xu xào	Dưa chua xào	
TRƯA	3.		Canh rau dền nấu tôm	Canh rau toi	Canh cà chua giá	Canh cải xoong nấu tôm	Canh mùng tơi ướp nấu tôm	
	4.		Trái cây			Trái cây		Bữa ăn cải thiện
CHIỀU	1.		Sườn ram	Bò kho củ quả	trứng chiên+ chà lụa	Cá kho tộ	Thịt luộc giò chả	Thịt kho đậu khuôn
	2.		Bắp cải xào	Mướp xào nấm + thịt	Bí xanh xào thịt	Cải thảo xào	Rau cải xào	Bắp cải xào
	3.		Canh bó xôi nấu tôm	Canh bí đỏ đậu phông	Canh cai cúc thịt băm	Canh cải	Canh cải thảo	Canh cà chua trứng



Y tế

Signature

NGÔ THỊ BÌNH

Đại diện học sinh

Hiệu
Đinh Trung Hiếu

ĐINH THỊ THẢO

Người làm thực đơn

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

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN (Tuần 02)

Áp dụng từ ngày 7 Đến ngày 13 tháng 10 Năm 2024

BUỔI	MÓN ĂN	Thứ 2 Ngày 7/10	Thứ 3 Ngày 8/10	Thứ 4 Ngày 9/10	Thứ 5 Ngày 10/10	Thứ 6 Ngày 11/10	Thứ 7 Ngày 12/10	Chủ nhật Ngày 13/10
SÁNG	1.	Mì tôm thịt già hành	Bánh cuốn chả	Bánh mì dưa leo chả lụa	Bún riêu	Cơm thịt kho	Xôi chả	Bánh mì dưa leo chả lụa
	1.	Thịt luộc	Gà ta rang lá chanh	Tôm ram thịt	Bò kho	Vịt kho dưa	Gà luộc	Phở bò
	2.	Bò xào thập cầm	Xu xu xào	Rau giá xào	Đậu cô ve xào thịt	Canh chua	Lơ xào thịt bò	
	3.	Canh chua	Rau tơi nấu tôm khô	Canh cải xoong nấu tôm khô	Canh bí xanh	Su hào xào thịt	Canh rau tơi nấu canh	
TRƯA	4.		Trái cây			Trái cây		Bữa ăn cải thiện
	1.	Cá kho riềng	Thịt kho trứng	Chả cá chiên xốt cà chua	Thịt kho chua ngọt	Trứng chiên chả lụa	Thịt kho	Đậu khuôn kho thịt
	2.	Bắp cải xào	Cải ngọt xào	Cải thảo xào	Rau muống xào tỏi	Bí xanh xào	Cải ngọt xào	Bắp cải xào
	3.	Canh cải xôi	Canh cải thìa	Canh bí đỏ nấu đậu phộng	Canh nước rau	Canh cải cúc nấu thịt	Canh bí xanh	Bí đỏ nấu đậu phộng
CHIỀU								



Y tế

Đại diện học sinh

Người làm thực đơn

Signature

Hiếu

Signature

HUYNH THI HOA

NGÔ THỊ BÌNH

Đinh Trung Hiếu

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 14 Đến ngày 20 tháng 10 Năm 2024

BUỔI	MÓN ĂN	Thứ 2 Ngày 14/10	Thứ 3 Ngày 15/10	Thứ 4 Ngày 16/10	Thứ 5 Ngày 17/10	Thứ 6 Ngày 18/10	Thứ 7 Ngày 19/10	Chủ nhật Ngày 20/10
SÁNG	1.	Bún riêu	Mì tôm giá hành thịt	Bánh mì dưa leo chả lụa	Bánh cuốn chả	Cơm thịt sốt cà chua	Xôi chả	Bánh mì dưa leo chả lụa
	1.	Bò kho	Cá chiên	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 xôi	Canh rau dền nấu tôm	Bữa ăn cải thiện
CHIỀU	1.	Thịt kho đậu khuôn	Gà kho xả ớt	Cá kho tộ	Trứng chiên chả lụa	Thịt ram chua ngọt	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 + phộng	Canh rau ngót nấu thịt heo	Canh cải cúc nấu thịt	Canh rau toi nấu tôm	Canh mướp đậu phộng	Canh rau ngót



Duyệt của BGH

Y tế

Đại diện học sinh

Người làm thực đơn

Handwritten signature

Hiếu
Đình Trung Hiếu

Handwritten signature

HUYNH THỊ HOA

NGÔ THỊ BÌNH

ĐINH THỊ THẢO

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

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN (TUẦN 5)

Áp dụng từ ngày 28 Đến 31 tháng 10 Năm 2021

BUỔI	MÓN ĂN	Thứ 2 Ngày 28/10	Ngày Thứ 3 29/10	Thứ 4 Ngày 30/10	Thứ 5 Ngày 31/10	Thứ 6 Ngày	Thứ 7 Ngày	Chủ nhật Ngày
SÁNG	1.	Cơm thịt kho	Xôi mặn	Bánh mì dưa leo chà lụa	Bún riêu			
	1.	Vịt luộc chấm mắm gừng	Cá chiên	Tôm ram thịt	Bò kho củ quả			
	2.	Lợn xào thập cẩm	Xa lát trộn	Bầu xào thịt	Đậu cô ve xào			
	3.	Canh rau tươi nấu canh	Canh rau muống	Canh cải xoong nấu tôm khô	Canh bí xanh			
	4.		Trái cây					
CHIỀU	1.	Thịt kho tàu	Gà kho xả ớt	Chả cá	Thịt kho chua ngọt			
	2.	Cải ngọt xào	Bí xanh xào thịt	Cải thảo xào	Rau muống xào tỏi			
	3.	Canh xương bí xanh	Canh cà chua trứng	Canh bí đỏ nấu đậu phộng	Canh nước rau			



Y tế

(Signature)

NGÔ THỊ BÌNH

Đại diện học sinh

Hiếu

Đinh Trung Hiếu

Người làm thực đơn

(Signature)

ĐINH THỊ THẢO