

TRƯỜNG PHỔ THÔNG DÂN TỘC NỘI TRÚ TỈNH CAO BẰNG
THỰC ĐƠN PHỤC VỤ BẾP ĂN TẬP THỂ HỌC SINH TUẦN 10

Từ ngày 20/10/2025 đến ngày 26/10/2025

Thứ/ ngày tháng	BỮA SÁNG	BỮA TRƯA	BỮA TỐI
Thứ 2 Ngày 20/10	<ul style="list-style-type: none">- Phở- Thịt xay xào hành lá- Canh xương- Rau mùi tàu- Rau xà lách	<ul style="list-style-type: none">- Thịt kho dừa- Đậu rán- Khoai tây om- Canh giá đỗ tương, cà chua	<ul style="list-style-type: none">- Lạp sườn xào dưa, tỏi lá- Lạc rang- Cải bắp xào- Canh bầu, thịt xay
Thứ 3 Ngày 21/10	<ul style="list-style-type: none">- Xôi ngô, ruốc	<ul style="list-style-type: none">- Thịt tằm bột chiên giòn- Đậu nhồi- Su Su, cà rốt xào tỏi- Canh mồng toi, thịt xay	<ul style="list-style-type: none">- Thịt xay xào hành cà chua- Nem rán- Giá đỗ xanh xào hành- Canh dưa, cà chua
Thứ 4 Ngày 22/10	<ul style="list-style-type: none">- Mì tôm,- Thịt xay xào hành	<ul style="list-style-type: none">- Thịt xào thập cẩm (Nấm, ớt chuông, cà rốt)- Chả cá- Bí xanh xào gừng- Canh rau âu, đỗ xanh	<ul style="list-style-type: none">- Giò xào hành- Tương xào thịt xay- Cải bắp xào- Canh đỗ trắng, rau cải
Thứ 5 Ngày 23/10	<ul style="list-style-type: none">- Cháo bí đỏ- Xương ống- Thịt xay xào hành	<ul style="list-style-type: none">- Lạp sườn xào dưa, tỏi lá- Trứng rán- Cải thảo xào- Canh bầu, thịt xay	<ul style="list-style-type: none">- Thịt xay xào rau củ- Nem rán- Giá đỗ tương xào- Canh mồng toi, thịt xay
Thứ 6 Ngày 24/10	<ul style="list-style-type: none">- Phở- Thịt xay xào hành lá- Canh xương- Rau xà lách- Rau mùi tàu	<ul style="list-style-type: none">- Thịt chao lá mác mật- Đậu rán sốt cà chua- Su Su, cà rốt xào tỏi- Canh dưa, cà chua	<ul style="list-style-type: none">- Thịt kho dừa- Chả cá- Cải bắp xào- Canh giá đỗ tương, cà chua

Thứ 7 Ngày 25/10	- Bánh chung	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt xào dưa - Nem rán - Bí xanh xào gừng - Canh đỗ trắng, rau cải 	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt xào thập cẩm(Nấm, ớt chuông, cà rốt) - Lạc rang - Cải thảo xào - Canh măng chua, thịt xay
Chủ nhật Ngày 26/10		<ul style="list-style-type: none"> - Thịt xay xào hành, cà chua - Lạc rang - Bí đỏ om tỏi - Canh rau âu, đỗ xanh 	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt viên tuyết hoa - Đậu nhồi - Giá đỗ xanh xào hành - Canh cải bắp

Ghi chú: Thực đơn có sự thay đổi khi ngoài thị trường không đáp ứng thực phẩm.

TỔ CẤP DƯỠNG