

**TRƯỜNG PHỔ THÔNG DÂN TỘC NỘI TRÚ TỈNH CAO BẰNG**  
**THỰC ĐƠN PHỤC VỤ BẾP ĂN TẬP THỂ HỌC SINH TUẦN 14**

*Từ ngày 17/11/2025 đến ngày 23/11/2025*

<b>Thứ/ ngày tháng</b>	<b>BỮA SÁNG</b>	<b>BỮA TRƯA</b>	<b>BỮA TỐI</b>
Thứ 2 Ngày 17/11	<ul style="list-style-type: none"><li>- Phở</li><li>- Thịt xay xào hành lá</li><li>- Canh xương</li><li>- Rau mùi</li><li>- Rau xà lách</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Thịt xào thập cẩm ( Nấm đùi gà, ớt chuông )</li><li>- Đậu rán</li><li>- Su Su, cà rốt xào tỏi</li><li>- Canh dưa, cà chua</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cá rán sốt cà chua</li><li>- Thịt xay xào hành</li><li>- Cải thảo xào</li><li>- Canh mỏng toi, mướp, thịt xay</li></ul>
Thứ 3 Ngày 18/11	<ul style="list-style-type: none"><li>- Xôi thịt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Lạp sườn xào dưa</li><li>- Đậu nhồi</li><li>- Khoai tây om xương</li><li>- Canh cải xoong, thịt xay</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Chả</li><li>- Trứng rán</li><li>- Giá đỗ tương xào</li><li>- Canh cải cúc, thịt xay</li></ul>
Thứ 4 Ngày 19/11	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mì tôm,</li><li>- Thịt xay xào hành</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Thịt xào dưa</li><li>- Đậu rán sốt cà chua</li><li>- Bí đỏ om tỏi</li><li>- Canh rau cải, thịt xay</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Thịt viên tuyệt hoa</li><li>- Tương xào thịt xay</li><li>- Cải bắp xào</li><li>- Canh giá đỗ tương, cà chua</li></ul>
Thứ 5 Ngày 20/11	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cháo bí đỏ</li><li>- Xương ống</li><li>- Thịt xay xào hành</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Thịt gà om gừng nghệ</li><li>- Lạc rang</li><li>- Su Su, cà rốt xào tỏi</li><li>- Canh mỏng toi, mướp, thịt xay</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mọc sốt cà chua</li><li>- Nem rán</li><li>- Giá đỗ tương xào</li><li>- Canh cải thảo</li></ul>
Thứ 6 Ngày 21/11	<ul style="list-style-type: none"><li>- Bánh bao</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Lạp sườn xào dưa, tỏi lá</li><li>- Đậu rán</li><li>- Cải ngồng xào gừng</li><li>- Canh giá đỗ tương, cà chua</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Thịt xào thập cẩm</li><li>- Chả cá</li><li>- Khoai tây om xương</li><li>- Canh cải xoong, thịt xay</li></ul>
Thứ 7	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mì tôm,</li><li>- Thịt xay xào hành</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mọc sốt cà chua</li><li>- Tương xào thị xay</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Thịt xay xào rau củ</li><li>- Lạc rang</li></ul>

Ngày 22/11		<ul style="list-style-type: none"><li>- Bí đỏ om tỏi</li><li>- Canh rau cải, thịt xay</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cải thảo xào</li><li>- Canh măng chua, thịt xay</li></ul>
Chủ nhật Ngày 23/11		<ul style="list-style-type: none"><li>- Thịt kho tàu</li><li>- Đậu nhồi</li><li>- Bí xanh xào gừng</li><li>- Canh mồng tơi, mướp</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Thịt xào dưa, cà chua</li><li>- Trứng luộc rán</li><li>- Giá đỗ xanh xào hành</li><li>- Canh cải bắp</li></ul>

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

**TỔ CẤP DƯỠNG**