



TRƯỜNG PHỔ THÔNG DÂN TỘC NỘI TRÚ TỈNH CAO BẮNG
PHỦ TỊCH DÂN TỘC NỘI TRÚ
THỰC ĐƠN PHỤC VỤ BẾP ĂN TẬP THỂ HỌC SINH TUẦN 29

Từ ngày 10/03/2025 đến ngày 16/03/2025

Thứ/ ngày tháng	BỮA SÁNG	BỮA TRƯA	BỮA TỐI
Thứ 2 Ngày 10/3	- Mì tôm - Thịt xay xào hành lá	- Thịt xào ớt chuông - Đậu rán sốt cà chua, hành lá - Su hào, cà rốt om xương - Canh rau ngải, thịt xay	- Giò lụa - Trứng rán - Cải chíp xào - Canh măng chua
Thứ 3 Ngày 11/3	- Phở - Thịt xay xào hành lá - Canh xương - Rau xà lách, rau mùi	- Thịt xay xào hành cà chua - Nem rán - Bí đỏ om tỏi - Canh giá đỗ tương	- Thịt tấm bột chiên giòn rán - Đậu nhồi thịt - Cải bắp xào - Canh rau ầu, đỗ xanh
Thứ 4 Ngày 12/3	- Xôi ruốc, thịt xay	- Thịt xào dưa - Đậu rán chấm mắm chanh - Khoai tây om xương - Canh rau cải	- Thịt kho dưa - Tương xào thịt xay - Cải thảo xào - Canh sấu, thịt xay, cà chua, hành lá, rau mùi
Thứ 5 Ngày 13/3	- Bánh cuốn - Canh xương	- Thịt gà om gừng, nghệ - Lạc rang - Su hào, cà rốt, mộc nhĩ xào tỏi - Canh cải xoong	- Thịt xay xào tỏi lá - Nem rán - Giá đỗ xanh xào hành - Canh bầu, thịt xay
Thứ 6 Ngày 14/3	- Mì tôm - Thịt xay xào hành lá	- Thịt xào hành tây - Đậu sốt cà chua - Su Su, cà rốt xào tỏi - Canh dưa, cà chua, thịt xay	- Thịt xào củ đậu - Chả cá - Bí đỏ om tỏi - Canh rau cải
Thứ 7 Ngày 15/3	- Phở - Thịt xay xào hành lá - Canh xương - Rau xà lách, rau mùi	- Thịt kho dưa - Nem rán - Su hào, cà rốt om xương - Canh rau ầu, đỗ xanh	- Chả - Tương xào thịt xay - Cải bắp xào - Canh rau ngải, thịt xay

Chủ nhật Ngày 16/3		<ul style="list-style-type: none"> - Thịt xay xào hành lá, cà chua - Trứng rán hành - Giá đỗ tương xào - Canh cải xoong 	<ul style="list-style-type: none"> - Thịt xào ớt chuông - Đậu nhồi - Cải chíp xào - Canh bầu, thịt xay
--------------------------	--	---	--

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

TỔ CẤP DƯỠNG