

THỰC ĐƠN THÁNG 10/2025

Tuần 1: Từ ngày 29/09/2025 đến ngày 03/10/2025

	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Canh:	Canh cua rau đay, mồng tơi	Canh bắp cải nấu thịt	Canh rau dền nấu thịt	Canh cải dún nấu tôm	khoai ngọt nấu thịt
Kho:	Thịt kho chả lụa rau củ	Thịt, trứng xào cà chua, cà rốt	Thịt kho xúc xích rau củ	Thịt, đậu hũ xào cà rốt	Thịt, gà xào rau củ
Ăn kèm:	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Bữa xế:	Cháo tôm bí đỏ	Bún riêu cua chả cá, rau củ	uồng sữa học đường	Bánh canh thịt, rau củ	uồng sữa học đường

Tuần 2: Từ ngày 06/10/2025 đến ngày 10/10/2025

	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Canh:	Cải dún nấu thịt	Canh cua rau đay, mướp	Cải ngọt nấu thịt	Canh bí đỏ nấu thịt	Khoai ngọt nấu thịt
Kho:	Thịt, trứng xào cà chua	Gà kho rau củ	Thịt kho chả lụa rau củ	Thịt, chả cá xào rau củ	Thịt, đậu hũ kho rau củ
Ăn kèm:	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Bữa xế:	Cháo trứng thịt, cà chua	Phở gà	uồng sữa học đường	Bún riêu cua thịt rau củ	uồng sữa học đường

Tuần 3: Từ ngày 13/10/2025 đến ngày 17/10/2025

	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Canh:	Canh cua rau đay, mồng tơi	Canh bắp cải nấu thịt	Canh rau dền nấu thịt	Canh cải dún nấu tôm	Canh bí đỏ nấu thịt
Kho:	Thịt kho chả lụa rau củ	Thịt, trứng xào cà chua, cà rốt	Thịt kho xúc xích rau củ	Thịt, đậu hũ xào cà rốt	Thịt, gà xào rau củ
Ăn kèm:	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Bữa xế:	Cháo tôm bí đỏ	Bún riêu cua chả cá, rau củ	uồng sữa học đường	Bánh canh thịt, rau củ	uồng sữa học đường

Tuần 4: Từ ngày 20/10/2025 đến ngày 24/10/2025

	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Canh:	Canh cua rau đay, mướp	canh bắp cải nấu thị	rau đay, mướp, rau dền nấu cua	Canh cải dún nấu thịt	Canh bí đỏ nấu thịt
Kho:	Thịt kho chả lụa rau củ	Thịt, trứng xào cà chua	Gà kho rau củ	Thịt, đậu hũ kho rau củ	Thịt, xúc xích xào su su
Ăn kèm:	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Bữa xế:	Mì nấu mọc, rau củ	Bún riêu cua chả cá rau củ	uồng sữa học đường	Cháo thịt rau củ	uồng sữa học đường

Tuần 5: Từ ngày 27/10/2025 đến ngày 31/10/2025

	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Canh:	Cải dún nấu thịt	Canh cua rau đay mướp	Canh cải ngọt nấu thịt	Canh bí đỏ nấu thịt	Khoai ngọt nấu thịt
Kho:	Thịt, trứng xào cà chua	Thịt heo, gà kho rau củ	Thịt heo, chả lụa kho rau củ	Thịt, chả cá xào rau củ	Thịt xào đậu hũ rau củ
Ăn kèm:	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt	Yaourt
Bữa xế:	Cháo trứng thịt, cà chua	Phở gà	uồng sữa học đường	Bún cua, thịt cà chua	uồng sữa học đường

Phó Hiệu Trưởng
Nguyễn Thị Thanh Lại