



THỰC ĐƠN TUẦN 03 THÁNG 10.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHIỂU

Từ ngày 02/10 đến ngày 06/10/2023

THỨ	Thứ 2	Tỉ Lệ	Thứ 3	Tỉ Lệ	Thứ 4	Tỉ Lệ	Thứ 5	Tỉ Lệ	Thứ 6	Tỉ Lệ
Món										
Món Chính	Cơm chiên rau củ	100%	Thịt kho chả lụa	100%	Bò nấu cà ri	100%	Cốt lết ram	100%	Bún Thái	100%
Món Phụ 1	Đùi gà sốt nước mắm	100%	Chả trứng	100%	Cá viên sốt	100%	Trứng luộc sốt	100%		
Món Phụ 2										
Món Canh	Bí đỏ	100%	Chua rau muống	100%	Bí xanh	100%	Lagim	100%	Bún Thêm ,Rau thêm	
Món Xào	Dưa leo ăn sống	100%	Bầu Xào Hành Lá	100%	Giá hẹ	100%	Bắp Cải	100%		
Tráng miệng	Trà tắc	100%	Táo	100%	Chuối	100%	Dưa hấu	100%		

(Đối với các em học sinh béo phì sẽ có chế độ dinh dưỡng riêng/Giảm Lượng Cơm Và Thực phẩm Chứa Nhiều Mỡ/Tăng Lượng Rau,Củ,Quả Luộc Và Canh)

Thực đơn tuần có thể thay đổi khi có khó khăn từ nhà cung cấp

Khi báo tăng suất ăn đột xuất ,nhằm đảm bảo VSATTP xin quý Nhà Trường hài lòng với thực đơn T&T chỉ định

CHÚC CÁC EM HỌC SINH NGON MIỆNG

Đại Diện Nhà Trường

Đại Diện Bếp Ăn T&T



THỰC ĐƠN TUẦN 02 THÁNG 10.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHIỂU

Từ ngày 09/10 đến ngày 13/10/2023

THỨ	Thứ 2	Tỉ Lệ	Thứ 3	Tỉ Lệ	Thứ 4	Tỉ Lệ	Thứ 5	Tỉ Lệ	Thứ 6	Tỉ Lệ
Món										
Món Chính	Tôm ram hành	100%	Sườn non nấu la gu	100%	Gà kho gừng	100%	Xíu mại	100%	Bún Bò	100%
Món Phụ 1	Thịt viên sốt tương ớt	100%	Cá file chiên	100%	Đậu hũ non sốt thịt	100%	Trứng cuộn hành	100%		
Món Phụ 2										
Món Canh	Cải ngọt thịt xay	100%	Bí xanh nấu thịt	100%	Cà chua trứng	100%	Mướp	100%	Rau thêm,Bún thêm	
Món Xào	Su hào cà rốt	100%	Đu đủ	100%	Bầu luộc	100%	Dưa leo xào	100%		
Tráng miệng	Thanh long	100%	Sữa chua	100%	Nhãn	100%	Trà đá	100%		

(Đối với các em học sinh béo phì sẽ có chế độ dinh dưỡng riêng/Giảm Lượng Cơm Và Thực phẩm Chứa Nhiều Mỡ/Tăng Lượng Rau,Củ,Quả Luộc Và Canh)

Thực đơn tuần có thể thay đổi khi có khó khăn từ nhà cung cấp

Khi báo tăng suất ăn đột xuất ,nhằm đảm bảo VSATTP xin quý Nhà Trường hài lòng với thực đơn T&T chỉ định

CHÚC CÁC EM HỌC SINH NGON MIỆNG

Đại Diện Nhà Trường

Đại Diện Bếp Ăn T&T



THỰC ĐƠN TUẦN 03 THÁNG 10.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHIỂU

Từ ngày 16/10 đến ngày 20/10/2023

THỨ	Thứ 2	Tỉ Lệ	Thứ 3	Tỉ Lệ	Thứ 4	Tỉ Lệ	Thứ 5	Tỉ Lệ	Thứ 6	Tỉ Lệ
Món										
Món Chính	Đùi gà rô ty	100%	Thịt luộc mắm xoài	100%	Bò xào đậu đũa	100%	Đậu hũ dồn thịt	100%	Bánh canh trứng thịt	100%
Món Phụ 1	Chả giò chiên	100%	Cá ngừ chiên sốt cà	100%	Chạo cá sốt mắm	100%	Trứng chiên	100%		
Món Phụ 2										
Món Canh	Bầu nấu thịt	100%	Bí xanh	100%	Đu đủ nấu thịt	100%	Lagim	100%	Rau thêm,Bún thêm	
Món Xào	Rau muống xào tỏi	100%	Kim Chi muối	100%	Giá hẹ	100%	Bắp cải	100%		
Tráng miệng	Dưa hấu	100%	Sữa chua	100%	Nhãn	100%	Mận	100%		

(Đối với các em học sinh béo phì sẽ có chế độ dinh dưỡng riêng/Giảm Lượng Cơm Và Thực phẩm Chứa Nhiều Mỡ/Tăng Lượng Rau,Củ,Quả Luộc Và Canh)

Thực đơn tuần có thể thay đổi khi có khó khăn từ nhà cung cấp

Khi báo tăng suất ăn đột xuất ,nhằm đảm bảo VSATTP xin quý Nhà Trường hài lòng với thực đơn T&T chỉ định

CHÚC CÁC EM HỌC SINH NGON MIỆNG

Đại Diện Nhà Trường

Đại Diện Bếp Ăn T&T



THỰC ĐƠN TUẦN 04 THÁNG 10.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHIỂU

Từ ngày 23/10 đến ngày 24/10/2023

THỨ	Thứ 2	Tỉ Lệ	Thứ 3	Tỉ Lệ	Thứ 4	Tỉ Lệ	Thứ 5	Tỉ Lệ	Thứ 6	Tỉ Lệ
Món										
Món Chính	Gà kho sả ớt	100%	Mì sốt bò bằm	100%						
Món Phụ 1	Trứng hấp 3 màu	100%								
Món Phụ 2										
Món Canh	Cải xanh	100%	Rau thêm,Mì thêm							
Món Xào	Su su cà rốt	100%								
Tráng miệng	Ổi	100%	Chè đậu đỏ							

(Đối với các em học sinh béo phì sẽ có chế độ dinh dưỡng riêng/Giảm Lượng Cơm Và Thực phẩm Chứa Nhiều Mỡ/Tăng Lượng Rau,Củ,Quả Luộc Và Canh)

Thực đơn tuần có thể thay đổi khi có khó khăn từ nhà cung cấp

Khi báo tăng suất ăn đột xuất ,nhằm đảm bảo VSATTP xin quý Nhà Trường hài lòng với thực đơn T&T chỉ định

CHÚC CÁC EM HỌC SINH NGON MIỆNG

Đại Diện Nhà Trường

Đại Diện Bếp Ăn T&T