

THỰC ĐƠN TUẦN 1 THÁNG 05.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHÈU

Từ ngày 08/05 đến ngày 12/05/2023

<i>THỨ</i>	<i>THỨ HAI</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ BA</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ TƯ</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ NĂM</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ SÁU</i>	<i>Tỉ Lệ</i>
Món										
Món Chính	Thịt Kho Rau Củ	100%	Gà Kho Sả Ớt	100%	Cốt Lết Ram	100%	Bò Xào đậu đũa	100%	Bánh canh thịt	100%
Phụ 1.	Cá Viên Sốt	100%	Cá phile Chiên Giòn	100%	Trứng Hấp 3 Màu	100%	Đậu Hũ Sốt Tứ Xuyên	100%		
Phụ 2.										
Canh	Cải Thảo Thịt Xay	100%	Canh La Gím	100%	Canh Rau Má	100%	Canh Cà Chua Trứng	100%	Bún Thêm	
Xào	Bầu Luộc	100%	Gia Hẹ	100%	Su Su	100%	Kim Chi	100%	Rau Thêm	
Tráng miệng	Chuối	100%	Sữa Chua	100%	Thanh Long	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)

CHÚC CÁC EM HỌC SINH NGON MIỆNG

Đại Diện Nhà Trường

Đại Diện Bếp Ăn T&T

[illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

THỰC ĐƠN TUẦN 2 THÁNG 05.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHÈU

Từ ngày 15 đến ngày 18 tháng 05/2023

<i>THỨ</i>	<i>THỨ HAI</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ BA</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ TƯ</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ NĂM</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ SÁU</i>
Món									
Món Chính	Sườn non sốt chua ngọt	100%	Thịt Bò Xào Rau Muống	100%	Gà nấu la gu	100%	Bún bò Huế	100%	
Phụ 1.	Trứng ốp la	100%	Cá ngừ chiên nước mắm	100%	Chạo tôm sốt cay	100%			
Phụ 2.							Bún thêm		
Canh	Bắp Cải Tôm Khô	100%	Canh Chua Thập Cẩm	100%	Canh bí đỏ	100%	Rau thêm		
Xào	Su Su Cà Rốt	100%	Đu Đủ	100%	Xào giá mướp	100%			
Tráng miệng	Chuối Xiêm	100%	Sữa Chua	100%	ổi dãi loan	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)

CHÚC CÁC EM HỌC SINH NGON MIỆNG

Đại Diện Nhà Trường

Đại Diện Bếp Ăn T&T

THỰC ĐƠN TUẦN 03 THÁNG 05.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHÈU

Từ ngày 22/05 đến ngày 26/05/2023

<i>THỨ</i>	<i>THỨ HAI</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ BA</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ TƯ</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ NĂM</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ SÁU</i>	<i>Tỉ Lệ</i>
Món										
Món Chính	Đậu hủ nhồi thịt sốt cà chua	100%	Gà chiên nước mắm	100%	Tôm ram ba rọi	100%	Bò nấu la ru	100%	Phở gà	100%
Phụ 1.	Trứng cuộn rau củ	100%	Chả cá sơi sốt cà chua	100%	Đậu hủ chiên sả	100%	Nem nướng	100%		
Phụ 2.										
Canh	Cải Thảo Thịt Xay	100%	Canh La Gím	100%	Canh Rau Má	100%	Canh Cà Chua Trứng	100%	Phở Thèm	
Xào	Bầu Luộc	100%	Gia Hẹ	100%	Su Su	100%	Kim Chi	100%	Rau Thèm	
Tráng miệng	Chuối già	100%	Sữa Chua	100%	Thanh Long	100%	Dưa Hấu	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)

CHÚC CÁC EM HỌC SINH NGON MIỆNG

Đại Diện Nhà Trường

Đại Diện Bếp Ăn T&T

THỰC ĐƠN TUẦN 04 THÁNG 05.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHÈU

Từ ngày 29 đến ngày 31 tháng 05/2023

<i>THỨ</i>	<i>THỨ HAI</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ BA</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ TƯ</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ NĂM</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>THỨ SÁU</i>
<i>Món</i>									
Món Chính	Xíu mại sốt cà	100%	Thịt heo xào chua ngọt	100%	Gà kho sả ớt	100%			
Phụ 1.	Chả cá ram mè	100%	Bò viên xào sa tế	100%	Xúc xích hồ lô	100%			
Phụ 2.									
Canh	Bắp Cải Tôm Khô	100%	Canh Chua Thập Cẩm	100%	Canh dền mướp	100%			
Xào	Su Su Cà Rốt	100%	Đu Đủ	100%	Bắp cải	100%			
Tráng miệng	Chuối Xiêm	100%	Sữa Chua	100%	Mận an phước	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)

CHÚC CÁC EM HỌC SINH NGON MIỆNG

Đại Diện Nhà Trường

Đại Diện Bếp Ăn T&T