



THỰC ĐƠN TUẦN 01 THÁNG 09.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHÈU

Từ ngày 06/09 đến ngày 8/09/2023

THỨ	Thứ 2	Tỉ Lệ	Thứ 3	Tỉ Lệ	Thứ 4	Tỉ Lệ	Thứ 5	Tỉ Lệ	Thứ 6	Tỉ Lệ
Món										
Món Chính	Nghỉ Lễ	0%	Nghỉ Lễ	0%	Cơm Chiên	100%	Cốt Lết Ram	100%	Bún Bò Huế	100%
Món Phụ 1					Đùi Gà Chiên	100%	Trứng Hấp Thịt	100%		
Món Phụ 2										
Món Canh					Canh Lagim	100%	Canh Chua Rau Muống	100%	Bún Thâm	
Món Xào					Dưa Leo Ăn Sống	100%	Su Su Xào Cà Rốt	100%	Rau Thâm	
Tráng miệng					Sữa Fami	100%	Dưa Hấu	100%	Bánh Ngọt	

(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 09.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHÈU

Từ ngày 11/09 đến ngày 15/09/2023

THỨ	Thứ 2	Tỉ Lệ	Thứ 3	Tỉ Lệ	Thứ 4	Tỉ Lệ	Thứ 5	Tỉ Lệ	Thứ 6	Tỉ Lệ
Món										
Món Chính	Thịt Kho Củ Cải	100%	Bò Nấu Cà ri	100%	Sườn Ram Mặn	100%	Gà Kho Sả Ớt	100%	Bánh Canh Thịt Xay	100%
Món Phụ 1	Cá Ba sa File Chiên	100%	Chả Cá Sợi Sốt Chanh Dây	100%	Trứng ốp la	100%	Cá Viên Sốt Tương Ớt	100%		
Món Phụ 2										
Món Canh	Bí Xanh Thịt Xay	100%	Bí Đỏ Thịt Bằm	100%	Chua Thập Cẩm	100%	Canh Rau Ngót	100%	Bánh Canh	
Món Xào	Bắp cải Xào Cà Rốt	100%	Rau Muống Luộc	100%	Bầu Luộc	100%	Su Su Xào	100%	Rau Thêm	
Tráng miệng	Chuối	100%	Táo	100%	Chôm Chôm	100%	Mặn	100%	Trà Tắc	

(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 09.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHÈU

Từ ngày 18/09 đến ngày 22/09/2023

<i>THỨ</i>	<i>Thứ 2</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>Thứ 3</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>Thứ 4</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>Thứ 5</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>Thứ 6</i>	<i>Tỉ Lệ</i>
<i>Món</i>										
Món Chính	Tôm Ram Ba Rọi	100%	Gà Ram	100%	Xíu Mại Sốt Cà Chua	100%	Cốt Lết Ram	100%	Bún Thái	100%
Món Phụ 1	Trứng ốp la	100%	Chạo Tôm Sốt	100%	Trứng Cuộn Thịt	100%	Chả Cá Sốt	100%		
Món Phụ 2										
Món Canh	Rau Má Nấu Thịt	100%	Chua Rau Muống	100%	Cải Ngọt	100%	Lagim	100%	Bún Thêm	
Món Xào	Đu Đủ Cà Rốt	100%	Bầu Xào Hành Lá	100%	Su Hào Xào Cà Rốt	100%	Bắp Cải	100%	Rau Thêm	
Tráng miệng	Dưa Hấu	100%	Táo	100%	Chôm Chôm	100%	Mận	100%	Bánh Ngọt	

(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 09.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHÈU

Từ ngày 25/09 đến ngày 29/09/2023

<i>THỨ</i>	<i>Thứ 2</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>Thứ 3</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>Thứ 4</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>Thứ 5</i>	<i>Tỉ Lệ</i>	<i>Thứ 6</i>	<i>Tỉ Lệ</i>
<i>Món</i>										
Món Chính	Sườn Nấu La gu	100%	Thịt Xào Chua Ngọt	100%	Gà Kho Sả Ớt	100%	Bò Xào Sa Tế	100%	Phở Gà	100%
Món Phụ 1	Chả Cốm Chiên	100%	Trứng Ốp La	100%	Chả Cá Bọc Trứng Cút	100%	Cá Ba Sa file chiên	100%		
Món Phụ 2										
Món Canh	Bí Xanh	100%	Đu Đủ Nấu Thịt	100%	Canh Chua Thập Cẩm	100%	Canh Cải Ngọt Nấu Thịt	100%	Phở Thêm	
Món Xào	Giá Hẹ Xào	100%	Cải Thảo Xào Cà Rốt	100%	Su Su Xào	100%	Bầu Xào Hành Lá	100%	Rau Thêm	
Tráng miệng	Nhãn	100%	Mận	100%	Quýt	100%	Dưa Hấu	100%	Trà Tắc	

(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