



THỰC ĐƠN TUẦN 1 THÁNG 11.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHIỂU

Từ ngày 30/10 đến ngày 03/11/2023

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%	Gà kho sả ớt	100%	Xíu mại sốt cà	100%	Cốt lết ram	100%	Bún bò huế	100%
Món Phụ 1	Cá viên sốt chua	100%	Cá ba sa file chiên	100%	Trứng cuộn hành	100%	Chạo tôm	100%		
Món Phụ 2										
Món Canh	Bí xanh	100%	Bí đỏ	100%	Bầu	100%	Lagim	100%	Bún Thêm ,Rau thêm	
Món Xào	Su su cà rốt	100%	Xào bắp cải	100%	Giá hẹ	100%	Xào Thập cẩm	100%		
Tráng miệng	Chuối già	100%	Sữa chua	100%	Dưa hấu	100%	Trà tắc	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 11.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHIỂU

Từ ngày 06/11 đến ngày 10/11/2023

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	100%	Thịt kho tàu	100%	Bò nấu la gu	100%	Gà nấu đậu	100%	Bún riêu cua	100%
Món Phụ 1	Đùi gà rô ty	100%	Cá diêu hồng file	100%	Đậu hũ chiên sốt	100%	Trứng luộc sốt	100%		
Món Phụ 2										
Món Canh	Dưa leo ăn sống	100%	Bí xanh nấu thịt	100%	Cà chua trứng	100%	Bắp cải	100%	Rau thêm,Bún thêm	
Món Xào	Canh suop	100%	Đu đủ cà rốt	100%	Bầu luộc	100%	Đậu đũa	100%		
Tráng miệng	Thanh long	100%	Sữa chua	100%	Ổi	100%	Chuối già	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 11.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHIỀU

Từ ngày 13/11 đến ngày 17/11/2023

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 xào thập cẩm	100%	Gà kho gừng	100%	Tôm chiên bột	100%	Ba rọi kho trứng	100%	Nui nấu sườn	100%
Món Phụ 1	Chạo cá sốt chanh dây	100%	Chả cá chiên thì là	100%	Thịt viên sả ớt	100%				
Món Phụ 2										
Món Canh	Bầu nấu tôm	100%	Canh chua rau muống	100%	Bí đỏ	100%	Dền mướp	100%	Rau thêm,Bún thêm	
Món Xào	Cải Ngọt Xào	100%	Củ sắn xào	100%	Lagim luộc	100%	Su su	100%		
Tráng miệng	Táo	100%	Sữa chua	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 04 THÁNG 11.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHIỂU

Từ ngày 20/11 đến ngày 24/11/2023

THỨ	Thứ 2	Tỉ Lệ	Thứ 3	Tỉ Lệ	Thứ 4	Tỉ Lệ	Thứ 5	Tỉ Lệ	Thứ 6	Tỉ Lệ
Món										
Món Chính	Ngày nhà giáo Việt Nam 20 tháng 11.	100%	Mì sốt bò bằm	100%	Sườn ram chua ngọt	100%	Gà chiên nước mắm	100%	Bún Mọc	100%
Món Phụ 1		100%			Trứng hấp	100%	Chả cá bọc trứng cút	100%		
Món Phụ 2			Dưa leo cà chua							
Món Canh		100%	Mì Thềm		Canh cải thảo	100%	Canh đu đủ	100%	Rau Thềm,Bún thềm	
Món Xào		100%			Xào giá mướp	100%	Xào rau muống	100%		
Tráng miệng		100%	Trà tắc		Thanh long	100%	Chuối già	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 05 THÁNG 11.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHIỂU

Từ ngày 27/11 đến ngày 01/12/2023

THỨ	Thứ 2	Tỉ Lệ	Thứ 3	Tỉ Lệ	Thứ 4	Tỉ Lệ	Thứ 5	Tỉ Lệ	Thứ 6	Tỉ Lệ
Món										
Món Chính	Bò kho	100%	Vịt kho gừng	100%	Thịt ram dưa mắm	100%	Đậu hũ nhồi thịt	100%	Phở gà	100%
Món Phụ 1	Cá viên sốt	100%	Trứng Hấp	100%	Chả cốm chiên giòn	100%	Cá file sốt chanh dây	100%		
Món Phụ 2										
Món Canh	Bầu	100%	Lagim	100%	Cải xanh nấu gừng	100%	Chua thập cẩm	100%	Phở thêm,rau thêm	
Món Xào	Rau muống luộc	100%	Dưa leo xào	100%	Su su cà rốt	100%	Đu đủ xào	100%		
Tráng miệng	Nhãn	100%	Sữa chua	100%	Dưa hấu	100%	Chuối cau	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