

THỰC ĐƠN TUẦN 1 THÁNG 04.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHÈU

<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 HEO KHO ĐẬU HŨ	100%	GÀ NẤU LAGU	100%	BÒ XÀO HÀNH CẦN	100%	SƯỜN NON SỐT ME	100%	BÁNH CANH THỊT	
Phụ 1.	CHẠO TÔM RAM	100%	CHẢ CÁ SỢI SỐT CÀ	100%	ĐẬU HŨ SỐT THỊT BẮM	100%	THỊT VIÊN CHIÊN SẢ	100%		
Phụ 2.										
Canh	BÍ ĐỎ NẤU THỊT XAY	100%	LA GIM	100%	CHUA RAU MUỐNG	100%	CẢI THẢO	100%		
Xào	BẮP CẢI	100%	SU HÀO	100%	GIÁ BẮP CẢI	100%	SU SU	100%		
Tráng miệng	CHUỐI	100%	SỮA CHUA	100%	QUÝT	100%	CHUỐI	100%	TÁO	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 2 THÁNG 04.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHÈU*Từ ngày 10 đến ngày 14 tháng 04.2023*

<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 MĂNG	100%	GÀ RÔ TY	100%	BÒ XÀO CÚ QUẢ	100%	CÁ FILE SỐT CÀ	30%	BÚN BÒ	
Phụ 1.	TRỨNG CUỘN NẤM	100%	CHẢ CÁ RAM XÌ DẦU	100%	XÍU MẠI SỐT CÀ	100%	THỊT VIÊN CHIÊN SẢ	100%		
Phụ 2.							TÔM RAM BA RỌI	70%		
Canh	BẮP CẢI	100%	BÍ ĐỎ	100%	LA GIM	100%	TẦN Ô	100%		
Xào	SU HÀO	100%	CẢI THẢO	100%	RAU MUỐNG	100%	ĐU ĐỦ	100%		
Tráng miệng	CHUỐI	100%	SỮA CHUA	100%	DƯA HẤU	100%	ỔI	100%		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 3 THÁNG 04.2023 TRƯỜNG THPT BÌNH CHÈU*Từ ngày 17 đến ngày 21 tháng 04.2023*

<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	SƯỜN NON RAM THƠM	100%	GÀ KHO NẤM	100%	THỊT KHO CỦ CẢI	100%	BÒ XÀO	100%	BÚN THÁI	
Phụ 1.	CHẠO THỊT RAM	100%	CÁ VIÊN SỐT CÀ	100%	XÚC XÍCH HỒ LÔ	100%	TRỨNG HẤP 3 MÀU	100%		
Phụ 2.										
Canh	CHUA THẬP CẨM TÔM TƯƠI	100%	CẢI NGỌT TÔM KHÔ	100%	XÀ LÁCH XONG NẤU THỊT	100%	BÍ XANH	100%		
Xào	DƯA LEO	100%	SU SU	100%	BẦU	100%	BẮP CẢI	100%		
Tráng miệng	SỮA CHUA	100%	TÁO	100%	DƯA HẤU	100%	QUÝT	100%	MẶN	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*