



THỰC ĐƠN TUẦN
 Từ ngày 16/03/2026 đến ngày 22/03/2026

Thứ	Ngày	Tiểu học			THCS & THPT			
		Sáng	Trưa	Xế	Sáng	Trưa	Chiều	Tối
2	16/03	Bún thịt băm	Bò kho củ cải Bầu luộc Canh cải xanh Trái cây	Hamburger chả lụa 50g Sữa Kun lúa mạch 110ml	Bún thịt băm	Bò kho củ cải Gà xào xả ớt Thịt rim mặn Bầu luộc Canh cải xanh Trái cây	Thịt xào hành cần Cá thu kho cà Đùi gà tấm bột chiên Cải thảo xào nấm rom Canh tam củ Trái cây	Bún bò
3	17/03	Phở gà	Chả trứng hấp Giá hẹ xào Canh chua rau muống Trái cây	Bánh bao thịt trứng cút 100g	Phở gà Bánh mì ốp la	Chả trứng hấp Tim heo xào củ cải Cá hương chiên xả Giá hẹ xào Canh chua rau muống Trái cây	Bò xào xả ớt Thịt kho củ cải Đậu hũ chiên sốt cà Cải ngọt luộc Canh khoai Trái cây	Bánh canh
4	18/03	Mì hoành thánh	Gà xào chua ngọt Bắp cải luộc Canh cải thảo Trái cây	Sandwich kẹp thịt bò 50g Sữa chua 50g Ánh Hồng	Mì hoành thánh Bún Singapore	Gà hấp lá chanh Thịt chiên mỡ hành Tôm xào chua ngọt Bắp cải luộc Canh cải thảo Trái cây	Chả lụa kho thịt Cá bạc má chưng tương Thịt xào cà tím Đậu que luộc cà rốt Canh bắp cải Trái cây	Bún măng gà
5	19/03	Canh bún	File cá diêu hồng sốt cam Rau muống luộc Canh bí đỏ Trái cây	Sữa Yomost 180ml Bánh bông lan	Canh bún Bún thịt nướng	Cá diêu hồng sốt cam Bò xào cải chua Thịt kho măng Rau muống luộc Canh bí đỏ Trái cây	Ba rọi cháy tỏi Chạo thịt Gà sốt mật ong Dưa chua Canh mồng tơi Trái cây	Bún cá
6	20/03	Mì spaghetti	Thịt xào thập cẩm Cải thảo luộc Canh mồng tơi Trái cây	Bánh Croissant nhân mứt 50g Sữa tươi CGHL 110ml	Mì Spaghetti Hủ tiếu	Gà kho gừng Cá thu đao sốt cà Thịt xào thập cẩm Cải thảo luộc Canh mồng tơi Trái cây	Sườn non nấu đậu Tôm rim thịt Trứng bách hoa Susu xào Canh cải ngọt Trái cây	Mì xào thập cẩm
7	21/03				Miến măng thịt	Trứng chiên thịt Xá xíu mỡ hành Bông cải luộc thập cẩm Canh mây Trái cây	Thịt kho tộ Gà chiên bơ Dưa giá Canh bầu Trái cây	
CN	22/03				Bún bò	Gà ram Ba rọi cháy tỏi Đậu que xào Trái cây	Cá basa kho măng Thịt xào cải chua Bắp cải xào Trái cây	

Ghi chú: Thực đơn có thể thay đổi tùy theo tình hình thực tế


KT. HIỆU TRƯỞNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Lê Văn Công