

THỰC ĐƠN HỌC SINH TRUNG HỌC
Tuần 1 tháng 1/2022

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	1/3/2022	1/4/2022	1/5/2022	1/6/2022	1/7/2022
Ăn trưa	Ngan nướng sốt xì dầu	Hải sản chiên giòn sốt cocktail	Cơm rang Singapore Gà áp chảo Dưa chuột dầm dấm Súp bò nấm tươi	Bò sốt tiêu đen kiểu Trung Hoa	Cá diêu hồng tẩm vừng
	Tôm xào sốt cay chua ngọt	Đậu phụ sốt thịt băm		Trứng chưng cà chua	Thịt lợn om củ quả đậu đỏ, đậu trắng
	Bắp cải luộc	Ngòong cải luộc		Su su, cà rốt luộc	Rau muống luộc
	Canh giò sống, rau ngót	Canh cải xanh nấu thịt		Canh hến nấu chua	Canh cải thảo nấu thịt
	Cơm trắng	Cơm trắng		Cơm trắng	Cơm trắng
	Dưa lười	Dưa hấu	Chuối tiêu / chè đậu đen	Đu đủ chín	Thanh Long
Ăn nhẹ	Bánh su kem vỏ mềm Sữa Tươi	Pizza bò	Bánh Pate chaude	Cháo sườn + quẩy	Bánh Chiffon cuộn dâu Sữa tươi



THỰC ĐƠN HỌC SINH TRUNG HỌC

Tuần 2 tháng 1/2022

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ sáu
	1/10/2022	1/11/2022	1/12/2022	13/1/2022	14/1/2022
Ăn trưa	Đùi gà chiên mắm	Chả mực sốt cà chua	Mỳ ý sốt bò băm Khoai tây bỏ lò kiểu Pháp Salat Nga CBNV (phở gà ta + quẩy)	Bò nấu kiểu Hungary	Tôm chiên tempura kiểu Nhật Bản
	Đậu phụ sốt cà chua thịt	Bò xào thập cẩm		Gà xào hạt điều	Trứng chưng đậu non thịt lợn
	Cải chíp luộc	Củ cải luộc		Cải thảo luộc	Bí xanh luộc gừng
	Canh bầu nấu tôm	Canh bí đỏ nấu thịt gà		Canh cá nấu chua miền Bắc	Canh giò sống, đậu phụ
	Cơm trắng	Cơm trắng		Cơm trắng	Cơm trắng
	Đu đủ chín	Thanh long ruột đỏ		Chuối tiêu / Chè đậu xanh	Ổi lê
Ăn nhẹ	Bánh Chiffon vani Sữa tươi	Gà chiên kiểu KFC	Bread with beef and mushroom cream sauce	Bánh Donut: Dark Chocolate Glaze Sữa Tươi	Pizza Hawaii



THỰC ĐƠN HỌC SINH TRUNG HỌC Tuần 3 tháng 1/2022

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	17/1/2022	18/1/2022	19/1/2022	20/1/2022	21/1/2022
Ăn trưa	Thịt chân giò hầm sen	Mực chiên bơ tỏi	Bún bò Huế (sợi to)	Gà áp chảo sốt bơ chanh	Sườn nướng sốt táo
	Gà xào nấm đùi gà	Trứng cút om xì dầu		Bò xào khoai tây	Đậu phụ Tứ Xuyên
	Cải ngọt chần gừng	Bầu luộc		Su hào luộc	Bắp cải xào cà chua
	Canh ngao nấu chua	Canh bắp cải cà chua thịt		Canh rau ngót giò sống	Canh cải xanh thịt
	Cơm trắng	Cơm trắng		Cơm trắng	Cơm trắng
	Dưa lấu	Dưa hấu	Chuối tiêu / ngô	Đu đủ chần	Thanh Long
Ăn nhẹ	Bánh su kem vỏ giòn Sữa tươi	Xôi trắng chả rim tiêu	Bánh mì nhân gà sốt kem nấm	Pho mai que Sữa tươi	Súp ngô gà nấm hương + quẩy



THỰC ĐƠN HỌC SINH TRUNG HỌC
Tuần 4 tháng 1/2022

Ngày	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
	24/1/2022	25/1/2022	26/1/2022	27/1/2022	28/1/2022
Ăn trưa	Gà chiên xóc phomai kiểu Ý	Cá diêu hồng phi lê sốt cà chua	Phở bò truyền thống quẩy	Tôm chiên dừa	Sườn hầm đậu đỏ, đậu trắng
	Bò xào su su	Thịt lợn xào hoa lơ		Đậu phụ sốt thịt nấm	Cá rô phi phi lê xào cần tỏi
	Cải chíp chần gừng	Củ quả luộc thập cẩm		Bí xanh luộc	Cải thảo luộc sốt dầu hào
	Canh bầu nấu hến	Canh cải xanh nấu ngao		Canh rau ngọt thịt băm	Canh bí xanh nấu tôm
	Cơm trắng	Cơm trắng		Cơm trắng	Cơm trắng
	Đu đủ chín	Thanh long	Chuối tiêu / Chè nếp cẩm	Dưa hấu	Ổi lê
Ăn nhẹ	Bánh Chiffon 3 vị Sữa Tươi	Pizza gà	Bánh croissant nhân thịt nguội và phô mai	Xôi thịt nấm	Honey & lime cheese cake 20Gr Sữa tươi