

Trường THPTDT nội trú N' Trang Long
Tổ Cấp dưỡng

THỰC ĐƠN TUẦN 04

Thực hiện từ 28/09/2026 đến 04/10/2026

THỨ	BỮA ĂN		
	Sáng	Trưa	Chiều
Thứ hai (28/9)	Bún sườn, giò, thịt nạc heo xay.	1. Thịt heo kho tiêu 2. Bắp thảo xào. 3. Canh chua cá trắm. 4. Cơm	1. Cá rô phi chiên giòn. 2. Thịt bò xào hành tây, dưa leo, cần tây, ớt chuông, súp lơ. 3. Canh mùng tơi tôm khô. 4. Cơm.
Thứ ba (29/9)	Phở gói Vi fon pha + thịt nạc heo xay.	1. Thịt heo rim tôm 2. Rau muống xào tỏi. 3. Canh cải ngọt thịt heo nạc xay. 4. Cơm.	1. Thịt gà chiên mắm. 2. Su su xào. 3. Canh cải xanh thịt heo nạc xay. 4. Cơm.
Thứ tư (30/9)	Xôi chả lụa.	1. Sườn xào chua ngọt. 2. Giá + cà rốt xào 3. Canh cải nhún (hoặc cải thảo)+ thịt heo nạc xay. 4. Cơm.	1. Thịt bò kho cà rốt 2. Bắp sú xào. 3. Canh bí đỏ xương hầm. 4. Cơm.
Thứ năm (01/10)	Hủ tiếu Nam vang pha	1. Thịt gà luộc. 2. Cải ngọt xào. 3. Canh mùng tơi tôm khô. 4. Cơm.	1. Thịt vịt nấu măng khô. 2. Thịt bò xào hành tây, dưa leo, ớt chuông, súp lơ. 3. Canh rau ngót thịt heo nạc xay. 4. Cơm.



Thứ sáu (02/10)	Nui sườn, giò heo, thịt nạc heo xay.	1. Cốc lết heo rim. 2. Bắp thảo xào. 3. Canh chua cá ba sa. 4. Cơm.	1. Thịt heo kho su hào. 2. Cải thìa xào. 3. Canh bầu tôm bạc tươi. 4. Cơm.
Thứ bảy (03/9)	Mì Kokomi pha + trứng gà.	1. Thịt heo kho củ cải. 2. Giá + cà rốt xào. 3. Canh mướp mùng tot cua xay. 4. Cơm.	1. Thịt gà kho sả. 2. Cải nhún xào(hoặc rau muống). 3. Canh bí xanh thịt heo nạc xay 4. Cơm.
Chủ nhật (04/10)	Phở gói Vi fon pha + thịt nạc heo xay.	1. Thịt heo kho đậu khuôn. 2. Cải ngọt xào. 3. Canh rau dền, thịt heo nạc xay . 4. Cơm.	1. Cá diêu hồng chiên sốt cà chua. 2. Bắp sú xào. 3. Canh bí đỏ xương hầm. 4. Cơm



Đông Gia Nghĩa, ngày 25 tháng 9 năm 2026

Hiệu trưởng

Kế toán

Người lập



Phạm Thị Hải

Ngô Thị Lâm

Thư

lê Thu' Thát Mạnh