

THỰC ĐƠN THÁNG 01 NĂM 2026 (TUẦN 20)
(Từ ngày 19/01/2026 - 23/01/2026)

THỨ/ NGÀY		THỨ HAI 19/01/2026	THỨ BA 20/01/2026	THỨ TƯ 21/01/2026	THỨ NĂM 22/01/2026	THỨ SÁU 23/01/2026
BỮA SÁNG		Nui thịt heo (thịt heo,nấm , cà rốt)	Bún cá (cá diêu hồng, cà chua, nấm)	Phở thịt gà (thịt gà, rau ôm, ngò gai)	Bánh canh cá lóc (cá lóc, thịt heo, nấm bào ngư)	Miến thịt heo (thịt heo, nấm bào ngư, cà rốt)
PHỤ SÁNG		Uống sữa nguyên kem Nutifood	Uống sữa nguyên kem Nutifood	Uống sữa nguyên kem Nutifood	Uống sữa nguyên kem Nutifood	Uống sữa nguyên kem Nutifood
BỮA TRƯA	Cơm	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	Món mặn	Dùi ếch kho tiêu	Thịt viên sốt cà	Cá hồi kho thịt ba chỉ cà rốt	Trứng trung thịt heo	Cá ba sa thịt ba chỉ kho nước dừa
	Món canh	Chua (lá giang, giá, cà chua thịt gà)	Khoai sọ (tôm khô, thịt heo)	Rong biển (rong biển, sườn non đậu hủ)	Khoai từ (hầm xương heo)	Cải thảo (tôm tươi, nấm, cà rốt)
	Món luộc (xào)	Cải thìa	Rau muống	Bí xanh	Cải dúng	Su su cà rốt
	Tráng miệng	Chuối cau	Bánh flan	Nho kẹo	Sữa chua	Dưa hấu
BỮA XE		Cháo trứng gà (trứng gà, thịt heo, cà rốt, nấm bào ngư)	Hủ tíu mọc (mọc, thịt heo, nấm đông cô)	Cháo sườn hạt sen (sườn, hạt sen, cà rốt)	Mì thịt bò (thịt bò, cà rốt, hành lá)	Bánh bao mặn

Cấp dưỡng



Nguyễn Phương Hảo

Ngày 16 tháng 01 năm 2026

Phó Hiệu Trưởng

Phan Thị Thanh Hà