

SỞ GD&ĐT QUẢNG NINH
TRƯỜNG TH, THCS&THPT VĂN LANG

THỰC ĐƠN THÁNG 08/2024

TUẦN 3 (12/08 ĐẾN 16/08)							
Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc		Bữa phụ
Hai	TH	Com					
	TrH	Com					
Ba	TH	Com					
	TrH	Com					
Tư	TH	Com					
	TrH						
Năm	TH	Com	Tôm thịt kho lá lốt	Khoai tây, cà chua nấu thịt	Rau muống, bắp non xào thịt gà	Thanh long	Mỳ tôm xào rau giò
	TrH	Com	Bò kho tiêu ,trứng hấp nấm hương	Canh rau ngót nấu thịt băm	Su su xào tỏi, cà rốt	Tráng miệng: Dứa	
Sáu	TH	Com	Thịt gà chiên nước mắm	Canh bầu, mồng toi nấu cua	Cải ngọt, cà rốt xào thịt	Dưa hấu	Bánh hura , nước đỗ đen
	TrH	Com	Gà chiên nước mắm, đậu sốt nấm	Canh dưa chua nấu thịt	Rau cải xào giá, tỏi	Tráng miệng: mận	
TUẦN 4 (19/08 ĐẾN 23/08)							
Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc		Bữa phụ
Hai	TH	Com	Thịt bò kho cà rốt	Canh bí xanh bắp mỳ nấu thịt gà	Rau muống, nấm xào thịt	Dưa hấu	Miến trộn rau giò
	TrH	Com	Mắm tép chung, chả lụa sốt	Thịt băm nấu canh chua	Bí xanh xào cà rốt	Tráng miệng: Dưa hấu	
Ba	TH	Com	Thịt lợn chung mắm tép	Canh dưa muối, dưa nấu thịt	Cải thảo, bắp non xào thịt bò	Thanh long	Chè hạt sen long nhãn
	TrH	Com	Thịt kho củ cải, ruốc gà	Bí đỏ ninh xương	Giá xào cà rốt	Tráng miệng: Táo	

Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc			Bữa phụ
Thứ	TH	Cơm	Thịt quay mềm, đậu nhồi thịt	Bí xanh, cà rốt ninh xương	Bắp cải xào	Tráng miệng: Dưa vàng		Sữa, bánh gạo
	TrH	1 Cháo ngao 2 Nộm dưa leo	1 Cơm rang dưa bò 2 Mỳ xào thịt 3 Bánh bao chiên 4 Chân giò ủ muối 5 Xúc xích 6 Bò sốt vang	1 Phồng tôm chiên 2 Khoai tây lắc phô mai 3 Gà hầm củ quả 4 Thịt heo nướng	1 Thạch rau câu 2 Dưa hấu 3 Há cảo chiên	1 Nước cocacola 2 Trà tắc		
Năm	TH	1 Cháo ngao 2 Nộm dưa leo	1 Cơm rang dưa bò 2 Mỳ xào thịt 3 Bánh bao chiên 4 Chân giò ủ muối 5 Xúc xích 6 Bò sốt vang	1 Phồng tôm chiên 2 Khoai tây lắc phô mai 3 Gà hầm củ quả 4 Thịt heo nướng	1 Thạch rau câu 2 Dưa hấu 3 Há cảo chiên	1 Nước cocacola 2 Trà tắc		Bánh đa nấu chả
	TrH	Cơm	Sườn kho tiêu, nấm hương, ruốc tôm thịt	Rau củ ninh xương	Rau muống xào giá	Tráng miệng: Dứa		
Sáu	TH	Cơm	Cá diêu hồng chiên sốt thơm	Canh bầu, mồng tơi nấu nghêu	Bí đỏ, giá đỗ xào thịt gà	chuối		Bánh mỳ pate, nước chanh leo
	TrH	Cơm	Chả lá lốt, trứng hấp nấm hương	Canh rau mùng tơi nấu cua	Su su xào giá	Tráng miệng: Lê		
TUẦN 5 (26/08 ĐẾN 30/08)								
Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc			Bữa phụ
Hai	TH	Cơm	Sườn kho trứng cút	Canh bí xanh bắp mỳ nấu thịt gà	Cải ngọt xào thịt heo	Dưa hấu		Bún chả lá lốt
	TrH	Cơm	Thịt bò hầm rau củ, giò lụa rim mắm	Canh rau củ ninh xương	Cải thảo xào	Tráng miệng: ổi		

Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc			Bữa phụ
Ba	TH	Com	Thịt gà rang gừng	Canh cà chua, cải xanh nấu cua	Giá đỗ, cà rốt xào thịt	Lê		Cháo tôm
	TrH	Com	Thịt gà rang mỡ gừng, thịt băm sốt củ quả nấm hương	Canh rau cải nấu cua	Su su xào giá đỗ	Tráng miệng: Dưa hấu		
Tư	TH	Com	Thịt kho trứng, ruốc tôm thịt	Bí đỏ ninh xương	Rau cải xào giá	Tráng miệng: Lê		Bánh gato
	TrH	1 Súp gà bắp mỹ 2 Sa lát củ quả	1 Mỳ ý sốt bò băm 2 Com cuộn 3 Giò lụa 4 Sườn hầm củ quả 5 Gà lặc phô mai 6 Thịt nướng	1 Phồng tôm chiên 2 Khoai lang kén 3 Bánh cuốn 4 Bánh sùì cải chiên	1 dưa 2 củ đậu	1 Nước cam 2 nước đậu thạch đen		
Năm	TH	1 Súp gà bắp mỹ 2 Sa lát củ quả	1 Mỳ ý sốt bò băm 2 Com cuộn 3 Giò lụa 4 Sườn hầm củ quả 5 Gà lặc phô mai 6 Thịt nướng	1 Phồng tôm chiên 2 Khoai lang kén 3 Bánh cuốn 4 Bánh sùì cải chiên	1 dưa 2 củ đậu	1 Nước cam 2 nước đậu thạch đen		Bánh rán vừng, nước đỗ đen
	TrH	Com	Cá chiên sốt dưa chua, trứng hấp nấm hương	Khoai tây ninh xương	Bắp cải xào	Tráng miệng: mận		
Sáu	TH	Com	Trứng rán nấm thịt	Canh khoai tây cà chua nấu thịt heo	Cải ngọt, nấm hương xào thịt heo	Sữa chua		Mỳ tôm xào rau giò
	TrH	Com	Sườn sốt chua ngọt, chả rế	Thịt băm nấu canh chua	Bí xanh xào cà rốt	Tráng miệng: Dưa vàng		