

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

THỰC ĐƠN THÁNG 12/2024  
TUẦN 1 (02/12 ĐẾN 06/12)

Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc	Tráng miệng	Bữa phụ
Hai	TH	Cơm	Thịt gà chiên giòn sốt mè rang	Canh dưa muối dưa nấu thịt	Bắp cải hành tây xào trứng	Quýt	Bánh dày đỗ, Nước chanh leo
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Mắm tép chung thịt, chả cá sốt cà chua	Canh cải nấu cua	Su hào xào cà rốt	Tráng miệng: Ổi	
Ba	TH	Cơm	Thịt bò kho cà rốt	Canh bắp cải ngô ngọt nấu tôm	Su su cà rốt xào thịt gà	Dưa hấu	Mỳ tôm chà quế
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Thịt gà chiên giòn, đậu sốt	Canh mùng tơi nấu ngao	Cải ngọt xào giá	Tráng miệng: Dưa Hấu	
Tu	TH	Cơm trắng gạo thơm	Cá sốt .giò rim	Canh rau cúc thịt nạc	Bí xanh xào	Tráng miệng: Thạch rau câu	Sữa Mộc Châu trái cây kid 110ml vị Cam
	TrH	1 Cháo ngao 2 Nộm củ đậu dưa leo	1 Cơm rang dương châu 2 Mỳ xào 3 Bánh bao chiên 4 Chả tôm 5 Xúc xích nướng 6 Bò sốt vang	1 Khoai tây lắc pomai 2 Canh thịt bò nấu nấm đông cô 3 Thịt hầm mè	1 Thạch rau câu 2 Dưa hấu	1 Nước cocacola 2 Trà xá tắc	
Năm	TH	1 Cháo ngao 2 Nộm củ đậu dưa leo	1 Cơm rang dương châu 2 Mỳ xào 3 Bánh bao chiên 4 Chả tôm 5 Xúc xích nướng 6 Bò sốt vang	1 Khoai tây lắc pomai 2 Canh thịt bò nấu nấm đông cô 3 Thịt hầm mè	1 Thạch rau câu 2 Dưa hấu	1 Nước cocacola 2 Trà xá tắc	Bánh hura, nước đậu đỏ
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Thịt heo xào nấm hương. Ruốc gà	Canh khoai tây, cà rốt ninh xương	Bắp cải xào	Tráng miệng: Mía	
Sáu	TH	Cơm	Sườn kho cà chua	Canh bí đỏ nấu thịt	Đỗ đũa cà chua xào thịt gà	Lê	Bánh đa nấu mọc
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Sườn kho cà rốt củ cải, trứng sốt	Canh chua thịt băm	Giá đỗ xào	Tráng miệng: Quýt	

TUẦN 2 (09/12 ĐẾN 13/12)

Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc	Tráng miệng	Bữa phụ
Hai	TH	Cơm	Thịt lợn chung mắm tép	Canh bí xanh bắp mỳ nấu thịt gà	Cải thảo bắp non xào thịt bò	Thanh long	Bánh mỳ pate. Nước chanh leo
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Thịt rim mắm. Trứng hấp nấm hương	Canh thịt băm nấu chua	Bắp cải xào	Tráng miệng: Dưa vàng	
Ba	TH	Cơm	Sườn kho trứng cút	Canh củ cải cà rốt nấu thịt	Su su xào tôm	Dưa hấu	Mỳ tôm nấu mọc
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Sườn xào chua ngọt, chả cá chiên	Canh bí xanh ninh xương	Cải thảo xào	Tráng miệng: Thạch rau câu	

Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc	Tráng miệng	Bữa phụ
Thứ	TH	Cơm trắng gạo thơm	Gà chiên giòn, đậu sốt	Canh bầu nấu ngao	Giá xào cà rốt	Tráng miệng: Quýt	Bánh gạo + Thạch cốt Long Hải
	TrH	1 Súp tôm 2 Củ quả luộc	1 Nui sốt bò băm 2 Bánh Pizza 3 Thịt giăm bông 4 Canh rong biển đậu hũ non 5 Bánh cuốn chả quế 6 Thịt tâm mề	1 Khoai tây lác pho mai 2 Bánh mỳ nướng bơ	1 Dưa hấu 2 Củ đậu	1 Nước cam 2 Trà đào	
Năm	TH	1 Súp tôm 2 Củ quả luộc	1 Nui sốt bò băm 2 Bánh Pizza 3 Thịt giăm bông 4 Canh rong biển đậu hũ non 5 Bánh cuốn chả quế 6 Thịt tâm mề	1 Khoai tây lác pho mai 2 Bánh mỳ nướng bơ	1 Dưa hấu 2 Củ đậu	1 Nước cam 2 Trà đào	Bánh quẩy ngọt, Nước đỗ đen
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Thịt heo kho trứng, ruốc tôm thịt	Canh bí đỏ nấu xương	Bí xanh xào cà rốt	Tráng miệng: Dưa hấu	
Sáu	TH	Cơm	Cá diêu hồng chiên sốt thơm	Canh khoai tây cà chua nấu thịt	Cải xanh nấm hương xào thịt gà	Dưa vàng	Bánh quẩy rán. Nước chanh tươi
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Bò hầm rau củ, chả lụa rim mắm	Canh rau cúc thịt nạc	Su hào xào cà rốt	Tráng miệng: Mía	

**TUẦN 3 (16/12 ĐẾN /20/12)**

Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc	Tráng miệng	Bữa phụ
Hai	TH	Cơm	Thịt heo kho cà chua	Canh bí đỏ đậu phộng thịt bò	Cải ngọt cà rốt xào tôm	Sữa chua	Cháo trai
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Thịt heo quay xá xíu ,đậu sốt	Canh khoai tây ninh xương	Cải thảo xào	Tráng miệng: Dưa hấu	
Ba	TH	Cơm	Thịt bò kho cà rốt	Canh bắp cải nấu tôm	Su su nấm rơm xào đậu hũ	Lê	Banh đa chả quế
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Cơm trắng gạo thơm, thịt băm sốt củ quả	Canh bầu ngao	Su su xào	Tráng miệng: Quýt	
Thứ	TH	Cơm trắng gạo thơm	Cơm trắng gạo thơm , chả cá sốt cà chua	Canh rau cúc thịt nạc	Giá xào cà rốt	Tráng miệng: Thạch rau câu	Bánh mỳ cốm
	TrH	1 Súp gà bắp mỳ 2 Sa lát hoa quả	1 Mỳ xào 2 Cơm cuộn 3 Chả quế 4 Canh rong biển đậu hũ non 5 Gà lác phở mai 6 Thịt nướng	2 Khoai tây lác pho mai 3 Bánh cuốn 4 Há cáo chiên	1 Cam bở 2 Dưa hấu	1 Trà chanh sả 2 Nước đậu thạch đen	
Năm	TH	1 Súp gà bắp mỳ 2 Sa lát hoa quả	1 Mỳ xào 2 Cơm cuộn 3 Chả quế 4 Canh rong biển đậu hũ non 5 Gà lác phở mai 6 Thịt nướng	2 Khoai tây lác pho mai 3 Bánh cuốn 4 Há cáo chiên	1 Cam bở 2 Dưa hấu	1 Trà chanh sả 2 Nước đậu thạch đen	Bánh trứng thái, Nước đỗ đen
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Thịt gà chiên nước mắm, chả lụa sốt	Canh thịt băm nấu chua	Bí xanh xào cà rốt	Tráng miệng: Mía	

Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc	Tráng miệng	Bữa phụ
Sáu	TH	Cơm	Tôm thịt kho củ cải	Canh bắp cải đậu cô ve nấu thịt bò	Bí xanh củ cải xào thịt	Dưa hoàng hậu	Chè đỗ xanh
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Thịt heo kho củ cải, trứng chiên	Canh rau cải nấu cua	Cải ngọt xào nấm	Tráng miệng: Dưa vàng	
<b>TUẦN 4 (23/12 ĐẾN 27/12)</b>							
Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc	Tráng miệng	Bữa phụ
Hai	TH	Cơm	Sườn kho củ cải cà rốt	Canh sù sù nấu thịt bò	Giá đỗ cà rốt xào thịt	lê	Cháo tôm
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Thịt heo kho tiêu . Giò lụa sốt	Canh cải nấu thịt	Bí xanh xào	Tráng miệng: Dưa hấu	
Ba	TH	Cơm	Thịt gà chiên nước mắm	Canh khoai tây cà chua nấu thịt	Su hào xào tôm	Dưa hấu	Bánh mỳ pate, Nước chanh tươi
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Sườn kho củ cải , xúc xích chiên	Canh xương rau củ	Bắp cải xào cà rốt	Tráng miệng: Quýt	
Tư	TH	Cơm trắng gạo thơm	Mắm tép , ruốc tôm	canh mùng tơi nấu cua	Su hào xào	Tráng miệng: Thạch	Bánh Tráng An Belgi Trứng sữa mềm
	TrH	1 Cháo trai 2 Nộm dưa leo	1 Cơm rang dương châu 2 Nui xào thịt 3 Bánh mỳ 4 Chả tôm 5 Xúc xích 6 Bò sốt vang	1 Khoai tây lóc pho mai 2 Canh sườn nấu nấm 3 Thịt hầm mè	1 Thạch rau câu 2 Dưa hấu	1 Nước cocacola 2 Trà tắc sả	
Năm	TH	1 Cháo trai 2 Nộm dưa leo	1 Cơm rang dương châu 2 Nui xào thịt 3 Bánh mỳ 4 Chả tôm 5 Xúc xích 6 Bò sốt vang	1 Khoai tây lóc pho mai 2 Canh sườn nấu nấm 3 Thịt hầm mè	1 Thạch rau câu 2 Dưa hấu	1 Nước cocacola 2 Trà tắc sả	Bánh hura , Nước đậu đỏ
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Thịt heo kho trứng , đậu chiên mắm	Canh thịt băm nấu chua	Cải ngọt xào	Tráng miệng: Mía	
Sáu	TH	Cơm	Thịt heo kho cà chua	Canh bí đỏ đậu phộng nấu thịt bò	Cải ngọt cà rốt xào tôm	Sữa chua	Mỳ tôm nấu mộc
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Bò xào hành tây, cà rốt, trứng gà chiên	Canh xương bí đỏ	Cải thảo xào	Tráng miệng: Ổi	
<b>TUẦN 5 (30/12 ĐẾN 31/12)</b>							
Thứ	Cấp	Món chính	Món mặn chính	Món canh	Món xào/luộc	Tráng miệng	Bữa phụ
Hai	TH	Cơm	Tôm thịt kho củ cải	Canh bắp cải đậu cô ve nấu thịt bò	Bí xanh củ cải xào thịt	Dưa hoàng hậu	Bánh đa nấu thịt
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Cá chiên giòn , trứng hấp	Canh rau cúc thịt nạc	Su hào xào	Tráng miệng: Quýt	
Ba	TH	Cơm	Thịt lon chưng mắm tép	Canh dưa muối, dưa nấu thịt	Khoai tây cà rốt xào thịt bò	Thanh long	Bánh quẩy rán , Nước chanh leo
	TrH	Cơm trắng gạo thơm	Thịt quay xá xíu ruốc bề bề	Canh rau cải nấu cua	Cải thảo xào	Tráng miệng: Mía	

