

THỰC ĐƠN BÀN TRỮ TRƯỜNG TIỂU HỌC TRUNG VĂN  
Thực đơn tháng 5 năm 2026

Thứ	Tuần 1	Tuần 2	Tuần 3	Tuần 4
Thứ 2	Gà rán KFC Thịt xào ngũ sắc Rau muống xào tỏi Canh rau muống đảm me Cơm trắng	Bò xay sốt nấm + Khoai tây chiên Đậu phụ tẩm hành Bí xanh xào Canh rau dền nấu tôm Cơm trắng	Gà tẩm bột chiên vừng Giò lụa rim tiêu Rau muống xào tỏi Canh rau muống đảm me Cơm trắng	Bò hầm khoai tây Đậu phụ sốt thịt Cải ngọt xào tỏi Canh bí xanh nấu xương Cơm trắng
Thứ 3	Sữa tươi (110ml) Thịt sốt cà chua Chà cá chiên Su su xào tỏi Canh cải nấu thịt Cơm trắng	Sữa chua ăn Vinamilk Thịt kho tàu Trứng chưng Bắp cải xào Canh bí đỏ đậu xanh Cơm trắng	Sữa trái cây (110ml) Thịt rim magi Trứng gà đào xúc xích Su su xào tỏi Canh cải nấu thịt Cơm trắng	Sữa chua ăn Vinamilk Thịt viên sốt cà chua Trứng gà rán Bắp cải xào Canh cải nấu thịt Cơm trắng
Thứ 4	Chuồn tiều (120gam) Bò hầm ngũ vị Trứng đào thịt xay Cải ngọt xào tỏi Canh bí xanh nấu thịt Cơm trắng	Dưa hấu (130gam) Thăn cá chiên giòn + sốt chua ngọt Chà lụa rim Rau muống xào tỏi Canh rau muống đảm me Cơm trắng	Bánh nhân ruốc (40gam) Bò sốt vang Đậu phụ sốt Tứ Xuyên Bắp cải xào Canh bí xanh nấu thịt Cơm trắng	Dưa hấu (130gam) Thăn cá chiên xù Thịt lợn xào thập cẩm Rau muống xào tỏi Canh rau muống đảm me Cơm trắng
Thứ 5	Sữa trái cây (110ml) Cá viên thịt chiên Đậu phụ sốt cà chua Khoai tây xào Canh mùng tơi nấu tôm Cơm trắng	Sữa trái cây (110ml) Gà rang lá chanh Đậu phụ sốt thịt Khoai tây xào Canh rau ngọt nấu thịt Cơm trắng	Chuồn tiều (120gam) Cá viên thịt sốt thì là Gà nấu cà ri cốt dừa Cải ngọt xào tỏi Canh mùng tơi nấu tôm Cơm trắng	Bánh mì tươi nhân Lá dứa 35g Gà rang gừng Đậu phụ sốt nấm Khoai tây xào Canh rau ngọt nấu thịt Cơm trắng
Thứ 6	Bánh mì tươi nhân Lá dứa 35g Nạc vai rim mắm gừng Trứng trứng hành Bắp cải xào Canh củ quả thập cẩm Cơm trắng	Bánh nhân ruốc Thăn lợn sốt dầu hào Gà xào ngô ngọt Cải ngọt xào tỏi Canh chua thịt Cơm trắng	Bánh mì tươi nhân Lá dứa 35g Thịt lợn hầm nấm Trứng gà kho Bí đỏ xào tỏi Canh rau ngọt nấu thịt Cơm trắng	Sữa tươi (110ml) Thịt xay sốt hành Chà cá sốt cà chua Bí xanh xào Canh củ quả thập cẩm Cơm trắng
Tráng miệng	Sữa chua uống susu Vinamilk (80ml)	Sữa tươi 110 ml	Sữa chua uống susu Vinamilk (80ml)	Bánh nhân ruốc (40gam)



GIÁM ĐỐC

*Đoàn Văn Hải*



HIỆU TRƯỞNG

*Nguyễn Thanh Thủy*