

UBND XÃ NÀ HỠ
TRƯỜNG TRƯỜNG PTDTBT THCS NẬM CHUA

THỰC ĐƠN CHUNG ĂN BẢN TRÚ THÁNG 1/2026 - CẤP TH&THCS

| Stt | Bữa | Thứ 2 | Thứ 3 | Thứ 4 | Thứ 5 | Thứ 6 | Thứ 7 | Chú nhật |
|-----|----------|-------------------------------------|--|---|---|------------------------------|-----------------------------------|--|
| 1 | Bữa sáng | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | |
| | | - Trúng vịt xào | - Thịt lợn xay xào | - Trúng vịt xào | - Thịt lợn xay xào | - Trúng vịt xào | - Thịt lợn xay xào | |
| | | - Sữa tươi Ba Vì | - Sữa tươi Ba Vì | - Sữa tươi Ba Vì | - Sữa tươi Ba Vì | - Sữa tươi Ba Vì | - Sữa tươi Ba Vì | |
| 2 | Bữa trưa | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | |
| | | - Thịt gà ta lai mỡ sấn rang gừng | - Thịt lợn ba chi tươi rang | - Thịt lợn mỡ, vai tươi rang | - Thịt lợn mỡ, vai tươi kho tàu - Trúng vịt (xào, luộc kho với thịt) | - Thịt lợn ba chi tươi rang | - Thịt gà ta lai mỡ sấn rang gừng | |
| | | - Bắp cải xào, canh Bắp cải | - Bí đỏ xào, canh bí | - Bắp cải xào, canh Bắp cải | - Bí đỏ xào, canh bí | - Bí đỏ xào, canh bí | - Bí đỏ xào, canh bí | |
| 3 | Bữa tối | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | | | Cơm tẻ |
| | | - Thịt lợn mỡ, vai tươi kho đậu rần | - Trúng vịt rần | - Thịt lợn mỡ, vai tươi kho đậu sốt cà chua | - Cá rô phi rán sốt cà chua | - Thịt lợn mỡ, vai tươi rang | | - Giò lợn nạc |
| | | - Su su xào, canh Su Su | - Rau cải (cải thìa, cải thảo, cải canh) xào, nấu canh | - Su su xào, canh Su Su | - Rau cải (cải thìa, cải thảo, cải canh) xào, nấu canh | - Su su xào, canh Su Su | | - Rau cải (cải thìa, cải thảo, cải canh) xào, nấu canh |

TRƯỜNG BAN QUẢN TRỊ ĐỜI SỐNG



HIỆU TRƯỞNG
Chu Văn Quảng

UBND XÃ NÀ HỖ
TRƯỜNG TRƯỜNG PTDTBT THCS NẬM CHUA

THỰC ĐƠN CHUNG ĂN BÁN TRÚ THÁNG 1/2026 TUẦN 3 - CẤP TH&THCS

| Stt | Bữa | Thứ 2 | Thứ 3 | Thứ 4 | Thứ 5 | Thứ 6 | Chủ nhật |
|-----|----------|--|---|---|--|-----------------------------|--|
| 1 | Bữa sáng | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | |
| | | - Trứng vịt xào | - Thịt lợn xay xào | - Trứng vịt xào | - Thịt lợn xay xào | - Trứng vịt xào | |
| | | - Sữa tươi Ba Vi | - Sữa tươi Ba Vi | - Sữa tươi Ba Vi | - Sữa tươi Ba Vi | - Sữa tươi Ba Vi | |
| 2 | Bữa trưa | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | |
| | | - Thịt gà ta lai mỡ sẵn rang gừng | - Thịt lợn mỡ, vai tươi kho tàu - Trứng vịt (xào, luộc kho với thịt) | - Thịt gà ta lai mỡ sẵn rang gừng | - Thịt lợn mỡ, vai tươi rang | - Thịt lợn ba chỉ tươi rang | |
| | | - Bắp cải xào, canh Bắp cải | - Bí đỏ xào, canh bí | - Bắp cải xào, canh Bắp cải | - Su Su xào, canh Su Su | - Bí đỏ xào, canh bí | |
| 3 | Bữa tối | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | | Cơm tẻ |
| | | - Thịt lợn mỡ, vai tươi tươi kho đậu rán | - Thịt lợn ba chỉ tươi rang | - Thịt lợn mỡ, vai tươi kho đậu sốt cà chua | - Cá rô phi rán sốt cà chua | | - Giò lợn nạc |
| | | - Su su xào, canh Su Su | - Rau cải (cải thìa, cải thảo, cải canh) xào, nấu canh | - Bí đỏ xào, canh bí | - Rau cải (cải thìa, cải thảo, cải canh) xào, nấu canh | | - Rau cải (cải thìa, cải thảo, cải canh) xào, nấu canh |

TRƯỜNG BAN QUẢN TRỊ ĐỜI SỐNG



HIỆU TRƯỞNG
Chu Văn Quảng

UBND XÃ NÀ HỠ
TRƯỜNG TRƯỜNG PTDTBT THCS NẬM CHUA

THỰC ĐƠN CHUNG ĂN BÁN TRÚ THÁNG 1/2026 TUẦN 4+5 - CẤP TH&THCS

| Stt | Bữa | Thứ 2 | Thứ 3 | Thứ 4 | Thứ 5 | Thứ 6 | Chủ nhật |
|-----|----------|-------------------------------------|---|---|--|-----------------------------|--|
| 1 | Bữa sáng | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | |
| | | - Trứng vịt xào | - Thịt lợn xay xào | - Trứng vịt xào | - Thịt lợn xay xào | - Trứng vịt xào | |
| | | - Sữa tươi Ba Vì | - Sữa tươi Ba Vì | - Sữa tươi Ba Vì | - Sữa tươi Ba Vì | - Sữa tươi Ba Vì | |
| 2 | Bữa trưa | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | |
| | | - Thịt gà ta lai mỡ sẵn rang gừng | - Thịt lợn mỡ, vai tươi kho tàu - Trứng vịt (xào, luộc kho với thịt) | - Thịt gà ta lai mỡ sẵn rang gừng | - Thịt lợn mỡ, vai tươi rang | - Thịt lợn ba chỉ tươi rang | |
| | | - Bắp cải xào, canh Bắp cải | - Su hào xào, canh su hào | - Bắp cải xào, canh Bắp cải | - Su Su xào, canh Su Su | - Su hào xào, canh su hào | |
| 3 | Bữa tối | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | Cơm tẻ | | Cơm tẻ |
| | | - Thịt lợn mỡ, vai tươi kho đậu rán | - Thịt lợn ba chỉ tươi rang | - Thịt lợn mỡ, vai tươi kho đậu sốt cà chua | - Cá rô phi rán sốt cà chua | | - Giò lợn nạc |
| | | - Su su xào, canh Su Su | - Rau cải (cải thìa, cải thảo, cải canh) xào, nấu canh | - Su hào xào, canh su hào | - Rau cải (cải thìa, cải thảo, cải canh) xào, nấu canh | | - Rau cải (cải thìa, cải thảo, cải canh) xào, nấu canh |



HIỆU TRƯỞNG
Chu Văn Quảng