

UBND XÃ NÀ HỖ
TRƯỜNG TRƯỜNG PTDTBT THCS NẬM CHUA

THỰC ĐƠN CHUNG THÁNG 10/2025 TUẦN 1 - CẤP TH&THCS

ST T	Bữa	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7	Chủ nhật
1	Bữa sáng	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	
		Trứng gà xào	Thịt lợn xay xào	Trứng gà xào	Thịt lợn xay xào	Trứng gà xào	Thịt lợn xay xào	
2	Bữa trưa	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	
		- Thịt gà rang gừng	Thịt lợn rang	Thịt gà rang gừng	- Thịt lợn kho tàu - Trứng gà rán (xào, luộc hoặc kho với thịt)	Thịt gà rang gừng	Thịt gà rang gừng	
		- Rau cải xào, canh rau cải	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	- Rau cải xào, canh rau cải	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	- Rau cải xào, canh rau cải	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	
3	Bữa tối	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ		Cơm tẻ
		Thịt lợn rang	Thịt lợn kho đậu rán	Cá rô phi rán sốt cà chua (hoặc kho)	Thịt lợn kho đậu rán	Thịt lợn kho tàu		Giò lợn nạc
		Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	Bắp cải xào, canh Bắp cải		- Bắp cải xào, canh bắp cải

TRƯỜNG BAN QUẢN TRỊ ĐỜI SỐNG



HIỆU TRƯỞNG
Chu Văn Quảng

UBND XÃ NÀ HỖ
TRƯỜNG TRƯỜNG PTDTBT THCS NẬM CHUA

THỰC ĐƠN CHUNG THÁNG 10/2025 TUẦN 2- CẤP TH&THCS

ST T	Bữa	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7	Chủ nhật
1	Bữa sáng	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	
		- Trứng gà xào	- Thịt lợn xay xào	- Trứng gà xào	- Thịt lợn xay xào	- Trứng gà 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		
2	Bữa trưa	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	
		- Thịt gà rang gừng	- Thịt lợn rang	- Thịt gà rang gừng	- Thịt lợn kho tàu - Trứng gà rán (xào, luộc hoặc kho với thịt)	Thịt gà rang gừng	- Thịt gà rang gừng	
		- Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	-Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	- Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	
3	Bữa tối	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ		Cơm tẻ
		- Thịt lợn rang	- Thịt lợn kho đậu rán	- Cá rô phi rán sốt cà chua (hoặc kho)	- Thịt lợn kho đậu rán với cà chua	- Thịt lợn kho tàu		- Giò lợn nạc
		- Su Su xào, canh Su Su	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	- Su Su xào, canh Su Su	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	- Su Su xào, canh Su Su		- Bắp cải xào, canh bắp cải

TRƯỜNG BAN QUẢN TRỊ ĐỜI SỐNG



HIỆU TRƯỞNG
Chu Văn Quảng

UBND XÃ NÀ HỖ
TRƯỜNG TRƯỜNG PTDTBT THCS NẬM CHUA

THỰC ĐƠN CHUNG THÁNG 10/2025 TUẦN 3- CẤP TH&THCS

ST T	Bữa	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7	Chủ nhật
1	Bữa sáng	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	
		- Thịt lợn xay xào	- Trứng gà xào	- Thịt lợn xay xào	- Trứng gà xào	- Thịt lợn xay xào	- Trứng gà 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	Cơm tẻ	
		- Thịt lợn rang	- Thịt gà rang gừng	- Thịt lợn kho tàu - Trứng gà rán (xào, luộc hoặc kho với thịt)	- Thịt gà rang gừng	- Thịt lợn rang	- Thịt gà rang gừng	
		- Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	- Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	- Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	
3	Bữa tối	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ		Cơm tẻ
		- Thịt lợn kho đậu rán	- Thịt lợn rang	- Thịt lợn kho đậu sốt cà chua	- Cá rô phi rán sốt cà chua (hoặc kho)	- Thịt gà rang gừng		- Giò lợn nạc
		- Su Su xào, canh Su Su	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	- Su Su xào, canh Su Su	- Bí đỏ (bí xanh) xào, canh bí	- Su Su xào, canh Su Su		- Bắp cải xào, canh bắp cải

TRƯỜNG BAN QUẢN TRỊ ĐỜI SỐNG



HIỆU TRƯỞNG
Chu Văn Quảng

UBND XÃ NÀ HỖ
TRƯỜNG TRƯỜNG PTDTBT THCS NẬM CHUA

THỰC ĐƠN CHUNG THÁNG 10/2025 TUẦN 4- CẤP TH&THCS

ST T	Bữa	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7	Chủ nhật
1	Bữa sáng	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	
		- Thịt lợn xay xào	- Trứng gà xào	- Thịt lợn xay xào	- Trứng gà xào	- Thịt lợn xay xào	- Trứng gà 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	Cơm tẻ	
		- Thịt lợn rang	- Thịt gà rang gừng	- Thịt lợn kho tàu - Trứng gà rán (xào, luộc hoặc kho với thịt)	- Thịt gà rang gừng	- Thịt lợn rang	- Thịt gà rang gừng	
		- Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ xào, canh bí	- Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ xào, canh bí	- Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ xào, canh bí	
3	Bữa tối	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ		Cơm tẻ
		- Thịt lợn kho đậu rán	- Thịt lợn rang	- Thịt lợn kho đậu sốt cà chua	- Cá rô phi rán sốt cà chua (hoặc kho)	- Thịt gà rang gừng		- Giò lợn nạc
		- Su su xào, canh Su Su	- Rau cải canh xào, canh rau cải	- Su su xào, canh Su Su	- Rau cải canh xào, canh rau cải	- Su su xào, canh Su Su		- Rau cải canh xào, canh rau cải

TRƯỜNG BAN QUẢN TRỊ ĐỜI SỐNG



HIỆU TRƯỞNG
Chu Văn Quảng

UBND XÃ NÀ HỖ
TRƯỜNG TRƯỜNG PTDTBT THCS NẬM CHUA

THỰC ĐƠN CHUNG THÁNG 10/2025 TUẦN 5- CẤP TH&THCS

ST T	Bữa	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7	Chủ nhật
1	Bữa sáng	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	
		- Thịt lợn xay xào	- Trứng gà xào	- Thịt lợn xay xào	- Trứng gà xào	- Thịt lợn xay xào	- Trứng gà 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	Cơm tẻ	
		- Thịt lợn rang	- Thịt gà rang gừng	- Thịt lợn kho tàu - Trứng gà rán (xào, luộc hoặc kho với thịt)	- Thịt gà rang gừng	- Thịt lợn rang	- Thịt gà rang gừng	
		- Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ xào, canh bí	- Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ xào, canh bí	- Bắp cải xào, canh Bắp cải	- Bí đỏ xào, canh bí	
3	Bữa tối	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ	Cơm tẻ		Cơm tẻ
		- Thịt lợn kho đậu rán	- Thịt lợn rang	- Thịt lợn kho đậu sốt cà chua	- Cá rô phi rán sốt cà chua (hoặc kho)	- Thịt gà rang gừng		- Giò lợn nạc
		- Su su xào, canh Su Su	- Rau cải thảo xào, canh rau cải	- Su su xào, canh Su Su	- Rau cải thảo xào, canh rau cải	- Su su xào, canh Su Su		- Rau cải thảo xào, canh rau cải

TRƯỜNG BAN QUẢN TRỊ ĐỜI SỐNG



HIỆU TRƯỞNG
Chu Văn Quảng