



## THỰC ĐƠN KHỐI TIỂU HỌC HỆ THỐNG THÁNG 11/2025

### TUẦN 1: Từ ngày 03/11/2025 - 07/11/2025

THỨ - NGÀY		Thứ 2 03/11	Thứ 3 04/11	Thứ 4 05/11	Thứ 5 06/11	Thứ 6 07/11
<b>BỮA ĂN</b>	<b>BỮA SÁNG</b>	Bún Huế Bánh bao cade	Phở gà Bánh ướt thịt băm	Bánh canh cá dầm Bún gạo xào gà quay	Hoành thánh nấu mọc Bánh mì chả cá	Mì xá xíu Phở gà trộn
	<b>BỮA PHỤ</b>	Nho Mỹ	Thanh long	Dưa lê	Chuối cau	Quýt ngọt
<b>BỮA TRƯA</b>	<b>Cơm</b>	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	<b>Mặn</b>	Trứng ốp la kho quẹt Nấm rơm kho rau củ	Chả cá basa – thịt chiên	Thịt kho quẹt	Đùi gà chiên nước mắm	Thịt kho trứng
	<b>Canh</b>	Canh rong biển đậu hũ non	Canh bí xanh nấu thịt	Canh cải nhún nấu mọc	Canh bí đỏ nấu thịt bò	Canh chua cá lóc
	<b>Rau</b>	Su su xào tỏi	Cải ngọt luộc	Đậu cove xào cà rốt	Cải ngồng luộc	Bắp cải, đậu bắp luộc chấm sốt mè rang
	<b>Tráng miệng</b>	Sâm bổ lượng	Nước bí đao hạt chia	Nước cam mật ong	Nước đậu đỏ	Nước chanh dây
<b>BỮA XẾ</b>		Hũ tiểu chay	Nui nấu thịt	Mì tươi nấu thịt bò bằm	Bún riêu	Bánh mì mật trắng kem trứng sữa nướng
		Bánh pudding	Nước tắc đường phèn	Sữa tươi	Nước sâm mía lau	Yakult



## THỰC ĐƠN KHỐI TIỂU HỌC HỆ THỐNG THÁNG 11/2025

### TUẦN 2: Từ ngày 10/11/2025 - 14/11/2025

THỨ - NGÀY		Thứ 2 10/11	Thứ 3 11/11	Thứ 4 12/11	Thứ 5 13/11	Thứ 6 14/11
BỮA ĂN	BỮA SÁNG	Cháo ngũ hạt Bánh đa trộn khô	Hủ tiếu thịt băm Xôi thịt – trứng cút	Phở gà xé rau quế Cơm tấm sườn	Mì khô xá xíu Bún cá Châu Đốc	Hoành thánh thịt Mỳ spaghetti
	BỮA PHỤ	Cam vàng	Dưa hấu	Mận	Dưa lưới	Chuối sứ
BỮA TRƯA	Cơm	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm gà Hải Nam
	Mặn	Trứng bát cà chua Đậu hũ khuôn chiên nước tương	Cá diêu hồng kho thơm	Bò xào ớt chuông – đậu cove	Tôm rim thịt	
	Canh	Canh chua nấm kim châm	Canh bầu nấu gà	Canh mồng tơi, mướp nấu thịt	Canh đu đủ thịt	Canh rong biển thịt bò
	Rau	Bí ngòi luộc	Cải ngồng xào	Bông cải trắng luộc	Rau chân vịt trộn xì dầu	Dưa leo
	Tráng miệng	Nước tắc hạt chia	Trà đào	Nước chanh dây	Nước sâm bông cúc	Nước cam mật ong
BỮA XE		Bún Thái chay	Mì Quảng tôm thịt	Bánh canh cá lóc	Nui nấu giò heo rút xương	Bánh bí đỏ cuộn kem phomai
		Bánh flan	Nước bí đao đường phèn	Yakult	Sữa tươi	Sữa TH trái cây



## THỰC ĐƠN KHỐI TIỂU HỌC HỆ THỐNG THÁNG 11/2025

### TUẦN 3: Từ ngày 17/11/2025 - 21/11/2025

THỨ - NGÀY		Thứ 2 17/11	Thứ 3 18/11	Thứ 4 19/11	Thứ 5 20/11	Thứ 6 21/11
<b>BỮA ĂN</b>						
<b>BỮA SÁNG</b>		Bún riêu chay Mì trứng xào thập cẩm chay	Phở bò Hamburger thịt	Hủ tiếu mọc Bánh hỏi thịt xá xíu	Nui ống thịt Mì xào hải sản	Bánh canh chả cá Bánh mì xíu mại
<b>BỮA PHỤ</b>		Táo gala	Thanh long	Quýt đường	Chuối cau	Dưa hấu
<b>BỮA TRƯA</b>	<b>Cơm</b>	Cơm hấp đậu Hà Lan	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	<b>Buffet:</b> Gà sốt Hàn Quốc Cơm trộn Hàn Quốc Mỳ spaghetti Khoai chiên Salad Hàn Quốc Trà Lê Hàn Quốc
	<b>Mặn</b>	Đậu hủ chiên sốt hành tỏi Trứng ngâm tương	Vịt kho gừng	Cá lóc kho tộ	Thịt khìa nước dừa	
	<b>Canh</b>	Canh khoai mỡ	Canh cà chua trứng	Canh cải bó xôi nấu thịt bò	Canh soup thịt băm	
	<b>Rau</b>	Nấm mèo xào đậu cove, cà rốt	Cải thìa luộc	Bầu non luộc	Rau muống xào tỏi	
	<b>Tráng miệng</b>	Nước dừa đường phèn	Nước cam tươi	Nước gạo Hàn Quốc	Nước tắc hạt chia	
<b>BỮA XẾ</b>		Ngũ cốc calbee	Soup thịt nấm tuyết	Bánh đa thịt băm	Bún cá Nha Trang	Bánh mì mềm cuộn phomai trứng muối
		Sữa chua Ánh Hồng	Nước cocktail	Bánh pudding	Nước nha đam đường phèn	Yakult



# THỰC ĐƠN KHỐI TIỂU HỌC HỆ THỐNG THÁNG 11/2025

## TUẦN 4: Từ ngày 24/11/2025 - 28/11/2025

THỨ - NGÀY		Thứ 2 24/11	Thứ 3 25/11	Thứ 4 26/11	Thứ 5 27/11	Thứ 6 28/11
<b>BỮA ĂN</b>						
<b>BỮA SÁNG</b>		Bún gạo thập cẩm Hủ tiếu khô Gia Lai	Mì xào bò Mì Quảng thịt	Phở gà trộn Soup cá hồi	Bún mọc Bánh mì Sanwich kẹp trứng	Cháo thịt băm ngũ hạt Xôi gấc – thịt, trứng cút
<b>BỮA PHỤ</b>		Nho Mỹ	Chuối cau	Dưa lưới	Dưa hấu	Xoài chín
<b>BỮA TRƯA</b>	<b>Cơm</b>	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	<b>Mặn</b>	Trứng kho nấm, ớt chuông xanh Khoai tây, cà rốt, su su kho đậu hũ	Cá diêu hồng chiên sả	Nạc dăm áp chảo.	Bò lagu	Gà kho
	<b>Canh</b>	Canh bí đỏ đậu phộng	Canh cải bó xôi thịt bò	Canh bầu nấu thịt	Canh rau ngót , mướp tôm thịt	Canh bắp cải thịt băm
	<b>Rau</b>	Cải ngọt luộc	Đậu cove xào carot	Cải thảo luộc	Su hào xào	Rau lang xào tỏi
	<b>Tráng miệng</b>	Nước nhãn nhục hạt sen	Nước bí đao	Nước cam tươi	Nước sâm mía lau	Nước chanh dây
<b>BỮA XẾ</b>		Hoành thánh rau củ	Bắp xào tôm	Bún Thái	Banh canh cá thu	Bánh phomai chữ thập
		Sữa tươi	Sữa chua Ánh Hồng	Nước đậu đỏ lá nếp	Bánh flan	Yakult