

## THỰC ĐƠN ĂN HỌC SINH BÁN TRÚ THÁNG 12

| Thứ | Ngày       | Bữa sáng           | Bữa trưa             | Bữa tối          |
|-----|------------|--------------------|----------------------|------------------|
| 2   | 01/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt + trứng         | Thịt gà          |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |
| 3   | 02/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Thịt lợn cà chua |
|     |            |                    | Canh bí              | Canh xương bí    |
| 4   | 03/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Giò lợn nạc          | Chả cá rán       |
|     |            |                    | Canh xương bí        | Canh bí          |
| 5   | 04/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt gà              | Trứng - thịt     |
|     |            |                    | Canh bí              | Canh xương bí    |
| 6   | 05/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu cà chua | Cá lục rán       |
|     |            |                    | Canh bí              | Canh bí          |
| 7   | 06/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Cá lục rán       |
|     |            |                    | Canh bí              | Canh bí          |
| CN  | 07/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Cá lục rán       |
|     |            |                    | Canh bí              | Canh bí          |



## THỰC ĐƠN ĂN HỌC SINH BÁN TRÚ THÁNG 12

| Thứ | Ngày       | Bữa sáng           | Bữa trưa             | Bữa tối          |
|-----|------------|--------------------|----------------------|------------------|
| 2   | 08/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt + trứng         | Thịt gà          |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |
| 3   | 09/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Thịt lợn cà chua |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh xương bí    |
| 4   | 10/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Giò lợn nạc          | Chả cá rán       |
|     |            |                    | Canh xương bí        | Canh rau cải     |
| 5   | 11/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt gà              | Trứng - thịt     |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh xương bí    |
| 6   | 12/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu cà chua | Cá lóc rán       |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |
| 7   | 13/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Cá lóc rán       |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |
| CN  | 14/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Cá lóc rán       |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |



## THỰC ĐƠN ĂN HỌC SINH BÁN TRÚ THÁNG 12

| Thứ | Ngày       | Bữa sáng           | Bữa trưa             | Bữa tối          |
|-----|------------|--------------------|----------------------|------------------|
| 2   | 15/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt + trứng         | Thịt gà          |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |
| 3   | 16/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Thịt lợn cà chua |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh xương bí    |
| 4   | 17/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Giò lợn nạc          | Chả cá rán       |
|     |            |                    | Canh xương bí        | Canh rau cải     |
| 5   | 18/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt gà              | Trứng - thịt     |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh xương bí    |
| 6   | 19/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu cà chua | Cá lục rán       |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |
| 7   | 20/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Cá lục rán       |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |
| CN  | 21/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Cá lục rán       |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |



## THỰC ĐƠN ĂN HỌC SINH BÁN TRÚ THÁNG 12

| Thứ | Ngày       | Bữa sáng           | Bữa trưa             | Bữa tối          |
|-----|------------|--------------------|----------------------|------------------|
| 2   | 22/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt + trứng         | Thịt gà          |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |
| 3   | 23/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Thịt lợn cà chua |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh xương bí    |
| 4   | 24/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Giò lợn nạc          | Chả cá rán       |
|     |            |                    | Canh xương bí        | Canh rau cải     |
| 5   | 25/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt gà              | Trứng - thịt     |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh xương bí    |
| 6   | 26/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu cà chua | Cá lức rán       |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |
| 7   | 27/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Cá lức rán       |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |
| CN  | 28/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu         | Cá lức rán       |
|     |            |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải     |





## THỰC ĐƠN ĂN HỌC SINH BÁN TRÚ THÁNG 12

| Thứ | Ngày       | Bữa sáng           | Bữa trưa      | Bữa tối          |
|-----|------------|--------------------|---------------|------------------|
| 2   | 29/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ        | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Trứng - thịt  | Thịt gà          |
|     |            |                    | Canh rau cải  | Canh rau cải     |
| 3   | 30/12/2025 | Bánh nướng         | Cơm tẻ        | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Thịt kho đậu  | Thịt lợn cà chua |
|     |            |                    | Canh rau cải  | Canh xương bí    |
| 4   | 31/12/2025 | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ        | Cơm tẻ           |
|     |            |                    | Giò lợn nạc   | Chả cá rán       |
|     |            |                    | Canh xương bí | Canh rau cải     |



## THỰC ĐƠN ĂN HỌC SINH BÁN TRÚ THÁNG 1/2026

| Thứ | Bữa sáng           | Bữa trưa             | Bữa tối                         |
|-----|--------------------|----------------------|---------------------------------|
| 2   | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ                          |
|     |                    | Thịt kho đậu         | Thịt lợn + trứng gà             |
|     |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải                    |
| 3   | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ                          |
|     |                    | Thịt gà rang         | Chả cá rán + thịt lợn + rau xào |
|     |                    | Canh xương bí        | Canh rau cải                    |
| 4   | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ                          |
|     |                    | Giò lợn nạc          | Thịt lợn + cà chua + cá lóc rán |
|     |                    | Canh xương bí        | Canh rau cải                    |
| 5   | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ                          |
|     |                    | Thịt gà              | Trứng - thịt                    |
|     |                    | Canh rau cải         | Canh xương bí                   |
| 6   | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ                          |
|     |                    | Thịt kho đậu cà chua | Thịt lợn + trứng                |
|     |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải                    |
| 7   | Bánh nướng         | Cơm tẻ               | Cơm tẻ                          |
|     |                    | Thịt kho đậu         | Cá lóc rán                      |
|     |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải                    |
| CN  | Lương khô Hải Châu | Cơm tẻ               | Cơm tẻ                          |
|     |                    | Thịt kho đậu         | Cá lóc rán                      |
|     |                    | Canh rau cải         | Canh rau cải                    |

