



UBND QUẬN NGÔ QUYỀN
TRƯỜNG TIỂU HỌC NGUYỄN THƯỢNG HIỀN

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ

(Từ thứ Hai ngày 19/01/2026 đến thứ Sáu ngày 23/01/2026)

Thứ	Bữa chính	Bữa phụ
Thứ 2 (Ngày 19/1/2026)	Cơm trắng	Chè đỗ đen
	Thịt rán	
	Su hào, cần ta xào tỏi, cà chua	
	Canh khoai tây, cà rốt nấu xương đuôi	
Thứ 3 (Ngày 20/01/2026)	Cơm trắng	Sữa tươi Ba Vì
	Thịt gà chiên xù	
	Su su, cà rốt xào thịt bò	
	Canh bắp cải nấu xương gà, thịt băm	
Thứ 4 (Ngày 21/01/2026)	Cơm trắng	Cháo thịt
	Trứng chiên	
	Thịt kho tàu	
	Dưa hấu	
	Canh cua mồng tơi	
Thứ 6 (Ngày 22/01/2026)	Cơm trắng	Bánh ngọt
	Cá phi lê chiên xù	
	Giò rim mắm	
	Rau cải, giá đỗ xào	
	Canh riêu cá nấu dưa cải sen	
Thứ 5 (Ngày 23/01/2026)	Cơm trắng	Sữa tươi Ba Vì
	Thịt + Đậu sốt cà chua	
	Củ quả luộc	
	Cải canh nấu tôm	

* Lưu ý: Thực đơn trên có thể thay đổi tùy theo tình hình thực tế.

