

Công ty TNHH thực phẩm Minh

Số 12A phố 8/3 Phường Quỳnh Mai, Quận Hai Bà Trưng, TP. Hà Nội

THỰC ĐƠN THÁNG 2
TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐÔ THỊ VIỆT HÙNG
(Từ ngày 1 / 2 / 2019 đến ngày 28 / 2 / 2019)

THỨ	NGÀY	MÓN 1	MÓN MẶN 2	MÓN MẶN 3	MÓN XÀO	MÓN CANH	BỮA PHỤ
Sáu	01/02/2019	Nghỉ lễ					
Hai	04/02/2019	Nghỉ lễ					
Ba	05/02/2019						
Tư	06/02/2019						
Năm	07/02/2019						
Sáu	08/02/2019						
Hai	11/02/2019	Cơm tẻ	Thịt kho	Trứng cút kho tàu	Khoai tây xào thì là	Canh cải xanh nấu thịt	Sữa chua hút Vinamilk
Ba	12/02/2019	Cơm tẻ	Thịt sốt nước dừa	Đậu rán rim mắm hành	Cải thảo cà rốt xào	Canh thịt nấu chua	Bánh bông lan kinh đô
Tư	13/02/2019	Cơm tẻ	Thịt gà chiên giòn		Bắp cải cà rốt xào miền thịt	Canh bí nấu gà	Sữa chua uống Vinamilk
Năm	14/02/2019	Cơm tẻ	Thịt viên nấu sốt cà chua		Su hào cà rốt xào thịt	Canh cải cúc nấu thịt	Bánh ga tô
Sáu	15/02/2019	Cơm tẻ	Bò hầm khoai tây cà rốt	Muối vùng		Canh bắp cải nấu thịt	Sữa chua hút Vinamilk
Hai	18/02/2019	Cơm tẻ	Chả cá sốt cà chua	Thịt chao dầu	Bắp cải cà rốt xào	Canh thịt nấu chua	Sữa chua uống Vinamilk
Ba	19/02/2019	Cơm tẻ	Thịt gà om nấm		Su su cà rốt xào thịt	Canh bí nấu gà	Dưa hấu + Bánh Sle te
Tư	20/02/2019	Cơm tẻ	Thịt băm rang xả	Trứng tráng hành	Khoai tây xào	Canh cải xanh nấu thịt	Sữa chua uống Vinamilk
Năm	21/02/2019	Cơm tẻ	Đậu thịt sốt cà chua		Su hào cà rốt xào	Canh cải cúc nấu thịt	Bánh mỳ bơ ruốc
Sáu	22/02/2019	Cơm tẻ	Thịt lợn chiên sù	Muối vùng	Cải thảo cà rốt xào	Khoai tây cà rốt nấu xương	Sữa chua uống Vinamilk
Hai	25/02/2019	Cơm tẻ	Thịt rim mắm	Trứng tráng cuộn	Su su cà rốt xào	Canh óc đậu nấu thịt	Sữa chua hút Vinamilk
Ba	26/02/2019	Cơm tẻ	Thịt gà rang gừng		Bắp cải cà rốt xào thịt	Canh bí nấu gà	Bánh bông lan kinh đô
Tư	27/02/2019	Cơm tẻ	Thịt rang cháy cạnh	Đậu rán sốt cà chua	Su hào cà rốt xào	Canh cải cúc nấu thịt	Sữa chua uống Vinamilk
Năm	28/02/2019	Cơm tẻ	Cá rô phi chiên giòn		Cà rốt giá xào miền thịt	Canh cải xanh nấu thịt	Bánh ga tô

Chú ý: Rau và canh có thể thay đổi theo mùa hoặc do biến động thời tiết

CÔNG TY TNHH THỰC PHẨM MINH THOẠI



GIÁM ĐỐC

Phạm Kim Thoa

TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐÔ THỊ VIỆT HÙNG



PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Dặng Thị Hạnh

THỰC ĐƠN HỌC SINH TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐÔ THỊ VIỆT HƯNG

Đơn giá 25.000 VNĐ bao gồm 01 bữa ăn trưa, 01 bữa phụ chiều và thuế

(Thực đơn được xây dựng theo "Thực đơn cân bằng dinh dưỡng" được thực hiện bởi Bộ giáo dục và đào tạo và Viện Dinh Dưỡng Quốc Gia)

Tuần	Thứ	Món chính	Món mặn 1	Món mặn 2	Món xào	Món canh	Quả Chiếu	Năng Lượng (1) kcal	Đáp ứng nhu cầu hằng ngày (%)	Tỉ Lệ (%)				Tổng số nguyên liệu (3) (loại)	Tổng lượng rau củ quả(4) (g)	Hàm Lượng muối(5) (g)
										P(2)	Protein động vật/ Protein Tổng	L(2)	G(2)			
Tiêu Chuẩn								523.5-710	30-40	13.0-20.0	≥48.0	20.0-30.0	50.0-65.0	≥10	86-140	≤2
Tuần 2 11/2 15/2 2019	Hai 11/2 2019	Cơm	Thịt kho tàu	Trứng cút kho tàu	Khoai tây xào thì là	Canh cải xanh nấu thịt	Sữa chua uống Vinamilk	682,6	36,6	17,6	44,8	28,6	56,2	11	110	1,6
	Ba 12/2 2019	Cơm	Thịt sốt nước dừa	Đậu rán rim mắm hành	Cải thảo cà rốt xào	Canh thịt nấu chua	Bánh bông lan kính đô	700,2	38,6	18,4	46,2	28,4	55,6	13	120	1,6
	Tư 13/2 2019	Cơm	Thịt gà chiên giòn		Bắp cải cà rốt xào miến thịt	Canh bí nấu gà	Sữa chua uống Vinamilk	678,6	35,6	17,8	46,4	27,2	58,2	11	110	1,6
	Năm 14/2 2019	Cơm	Thịt viên nấm sốt cà chua		Su hào cà rốt xào thịt	Canh cải cúc nấu thịt	Bánh gato	676,4	37,6	18,2	56,4	26,4	54,8	12	100	1,4
	Sáu 15T/2 2019	Cơm	Bò hầm khoai tây cà rốt	Muối vừng		Canh bắp cải nấu thịt	Sữa chua uống Vinamilk	686,8	39,5	17,4	54,4	25,6	58,4	11	120	1,6

Ghi chú : (1) Phần trăm năng lượng được tính trên tổng năng lượng mỗi ngày

(2) Phần trăm Protein, Lipid, Glucid được tính trên tổng năng lượng của một bữa

(3) Tổng số loại nguyên liệu sử dụng trong thực đơn, không bao gồm gia vị

(4) Tổng lượng rau củ quả trong thực đơn, chưa bao gồm trái cây tráng miệng

(5) Tổng lượng muối từ các gia vị chứa muối sử dụng trong thực đơn



GIÁM ĐỐC
Phạm Kim Thoa



PHÓ HIỆU TRƯỞNG
Dương Thị Hạnh

Công ty TNHH thực phẩm Minh Thoa
Số 12A phố 8/3 Phường Quỳnh Mai, Quận Hai Bà Trưng, TP. Hà Nội

THỰC ĐƠN TUẦN 2

TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐÔ THỊ VIỆT HƯNG

(Từ ngày 11 / 02 /2019 đến ngày 15 / 02 /2019)

THỨ	NGÀY	MÓN 1	MÓN MẶN 2	MÓN MẶN 3	MÓN XÀO	MÓN CANH	BỮA PHỤ
Hai	11/02/2019	Cơm tẻ	Thịt kho	Trứng cút kho tàu	Khoai tây xào thì là	Canh cải xanh nấu thịt	Sữa chua hút Vinamilk
Ba	12/02/2019	Cơm tẻ	Thịt sốt nước dừa	Đậu rán rim mắm hành	Cải thảo cà rốt xào	Canh thịt nấu chua	Bánh bông lan kinh đô
Tư	13/02/2019	Cơm tẻ	Thịt gà chiên giòn		Bắp cải cà rốt xào miến thịt	Canh bí nấu gà	Sữa chua uống Vinamilk
Năm	14/02/2019	Cơm tẻ	Thịt viên nấm sốt cà chua		Su hào cà rốt xào thịt	Canh cải cúc nấu thịt	Bánh ga tô
Sáu	15/02/2019	Cơm tẻ	Bò hầm khoai tây cà rốt	Muối vừng		Canh bắp cải nấu thịt	Sữa chua hút Vinamilk

CÔNG TY TNHH THỰC PHẨM MINH THOA

(Ký, ghi rõ họ tên)



GIÁM ĐỐC

Phạm Kim Thoa

TRƯỜNG TH ĐÔ THỊ VIỆT HƯNG

(Ký, ghi rõ họ tên)



PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Dặng Thị Hạnh

CÔNG TY TNHH TP MINH THOA

THỰC ĐƠN ĂN TRƯA GIÁO VIÊN TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐÔ THỊ VIỆT HƯNG

Tháng 2 /2019

Tuần	Thứ	Món ăn thứ 1	Món ăn thứ 2	Món ăn thứ 3	Canh	Rau
Tuần 2	Hai	Thịt xá xiu	Chả nạc	Rau muống xào	Canh me chua	
	Ba	Đùi gà chiên giòn	Lạc rang	Dưa muối	Canh khoai tây cà rốt nấu xương	
	Tư	Thịt kho tàu	Đậu rán tẩm hành		Canh bí nấu thịt	
	Năm	Thịt rán ngũ vị hương	Trứng cút kho tàu		Canh cải xanh nấu thịt	
	Sáu	Thịt kho nước dừa	Chả cá		Canh bắp cải nấu thịt	

Ghi chú : Rau và canh thay đổi theo mùa hoặc do biến động thời tiết

CÔNG TY TNHH TP MINH THOA
TRÁCH NHIỆM HỮU HẠN
THỰC PHẨM
MINH THOA
GIÁM ĐỐC
Phạm Kim Thoa

TRƯỜNG TH ĐÔ THỊ VIỆT HƯNG
BGH Ký duyệt
PHÓ HIỆU TRƯỞNG
Dương Thị Hạnh