

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 4
TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐÔ THỊ VIỆT HƯNG
(Từ ngày 22 / 04 /2019 đến ngày 26 / 04 / 2019)

THỨ	NGÀY	MÓN 1	MÓN MẶN 2	MÓN MẶN 3	MÓN XÀO	MÓN CANH	BỮA PHỤ
Hai	22/4/2019	Cơm tẻ	Thịt viên sốt cà chua	Lạc chao dầu	Cà rốt giá xào miến	Canh bắp cải nấu thịt	Sữa chua uống Vinamilk
Ba	23/4/2019	Cơm tẻ	Thịt gà chiên giòn	Chả cá	Bắp cải cà rốt xào	Canh bí nấu gà	Bánh bông lan kinh đô
Tư	24/4/2019	Cơm tẻ	Trứng tráng hành	Thịt kho nước dừa	Rau muống xào	Canh me chua	Sữa chua uống Vinamilk
Năm	25/4/2019	Cơm tẻ	Đậu thịt sốt cà chua		Su su cà rốt xào	Canh cải xanh nấu thịt	Chuối +Bánh su kem
Sáu	26/4/2019	Bún	Bún chả nem			Canh thịt nấu chua	Bánh mỳ bơ ruốc

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

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

Dương 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	Quà Chiều	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 4 22/4-26/4 2019	Hai 22/4 2019	Cơm	Thịt viên sốt cà chua	Lạc chao dầu	Cà rốt giá xào miến	Canh bắp cải nấu thịt	Sữa chua uống Vinamilk	684.8	38.2	18.8	54.2	27.6	58.4	11	120	1.6
	Ba 23/4 2019	Cơm	Thịt gà chiên giòn	Chả cá	Bắp cải cà rốt xào	Canh bí nấu gà	Bánh bông lan kinh đô	682.6	36.8	18.2	52.6	28.4	56.6	11	110	1.5
	Tư 24/4 2019	Cơm	Trứng tráng hành	Thịt kho nước dừa	Rau muống xào	Canh me chua	Sữa chua uống Vinamilk	668.4	37.4	18.6	50.8	28.8	54.8	10	110	1.4
	Năm 25/4 2019	Cơm	Đậu thịt sốt cà chua		Su su cà rốt xào	Canh cải xanh nấu thịt	Chuối + Bánh su kem	662.4	36.6	17.4	52.4	26.8	56.2	10	110	1.4
	Sáu 26/4 2019	Cơm	Bún chả +nem			Canh thịt nấu chua	Bánh mì bơ ruốc	664.2	37.8	18.4	56.4	26.2	52.4	12	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

CÔNG TY TNHH TP MINH THOA

TRÁCH NHIỆM HỮU MẠN
THỰC PHẨM
MINH THOA

GIÁM ĐỐC
Phạm Kim Thoa

TRƯỜNG TH ĐÔ THỊ VIỆT HƯNG

BGH Ký Duyệt

HIỆU TRƯỞNG
Nguyễn Thị Hằng Ng.