



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ấn Hoa Sữa

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH GIA THƯỢNG THÁNG 11-2025

TUẦN 11

(Thực đơn được xây dựng dựa trên Bảng thành phần thực phẩm Việt Nam do Bộ Y tế và Viện Dinh Dưỡng ban hành năm 2007 và quyết định số 2195/QĐ-BGDĐT ban hành ngày 10/08/2022)

THỨ	THỰC ĐƠN	Định lượng TP (gam)		QUÀ CHIỀU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
2 17/11/2025	1. Trứng đúc thịt băm 2. Đậu thịt sốt cà chua 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh bí đỏ nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	25g+1q 70g+20g+15g 85g 30g+2g 120g	45-50g 40-42g 45-50g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
3 18/11/2025	1. Cá rô file chiên xù 2. Chả nạc rim mắm 3. Giá đỗ, cà rốt xào 4. Canh mùng tơi nấu tôm nõn 5. Cơm dẻo thơm	63g 30g 65g 30g+0.5g 120g	45-50g 28-30g 40-42g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
4 19/11/2025	1. Thịt lợn kho trứng cút 2. Xúc xích xào rau củ 3. Dưa hấu 4. Canh cải ngọt nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	45g+4q 20g+30g 80g 30g+2g 120g	50-55g 40-42g 70-75g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
5 20/11/2025	1. Đùi gà chiên KFC 2. Khoai tây chiên 3. Sốt tương cà 4. Canh thịt nấu chua thả giá 5. Cơm dẻo thơm	140g 90g 10g 2g+15g+10g 120g	130-140g 30-35g 8-10g 250-300ml 200-250g	Bánh mì nhân đậu đỏ	
6 21/11/2025	1. Giò lụa rim mắm 2. Thịt lợn hầm củ quả 3. Cải bắp xào cà rốt 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	65g 20g+35g 85g 30g+2g 120g	60g-65g 40-42g 50-52g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	

* Ghi chú: Các món rau xào, rau canh có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện thời tiết khách quan.



Đại diện công ty

PHÓ GIÁM ĐỐC
Nguyễn Thị Vân



Đại diện nhà trường

PHÓ HIỆU TRƯỞNG
Ng³ Thanh Thủy