



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ẩn Hoa Sữa

THỰC ĐƠN ĂN BẢN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH GIA THƯỢNG THÁNG 09-2025

TUẦN 02

(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)		QUẢ CHIẾU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
2 9/15/2025	1. Thịt lợn xay sốt cà chua 2. Cá viên chiên chiên 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	80g-15g 40g 85g 30g 120g	50-55g 30-32g 50-52g 250-300ml 200-250g	Sữa chua vinmailk	
3 9/16/2025	1. Thịt gà rim mắm 2. Đậu sốt cà chua, hành lá 3. Bắp cải, cà rốt xào 4. Canh rau ngót nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	90g 70g - 15g 90g 10g -2g 120g	60-65g 60-65g 50-52g 250-300ml 200-250g	Bánh mì nhân đậu đỏ	
4 9/17/2025	1. Thịt lợn kho trứng cút 2. Dưa hấu 3. Cải ngọt xào 4. Canh bí đỏ nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	50g-4q 85g 90g 30g 120g	50-55g 70-75g 45-50g 250-300ml 200-250g	Sữa hộp Hà Nội milk	
5 9/18/2025	1. Cá tươi file chiên xù 2. Trứng chưng hành 3. Giá đỗ, cà rốt xào miến 4. Canh mùng tơi nấu tôm nõn 5. Cơm dẻo thơm	63g 1 quả 50g - 10g 30g -0.5g 120g	50-55g 1 quả 50-52g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
6 9/19/2025	1. Thịt lợn kho tàu 2. Thịt gà xào củ quả 3. Rau muống xào 4. Canh chua dầm me 5. Cơm dẻo thơm	83g 20g-30g 85g 6g 120g	50-55g 35-40g 50-52g 250-300ml 200-250g	Bánh gato ruốc Hoa Sữa	

* 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



P. HIỆU TRƯỞNG
Nguyễn Thanh Thủy