



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ẩn Hoa Sữa

TUẦN 14

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH GIA THUY THÁNG 12-2025

(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 08/12/2025	1. Thịt bò nấu sốt vang 2. Đậu tâm hành 3. Giá đỗ cà rốt xào 4. Canh bắp cải nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	50g+40g 70g 65g 30g+2g 120g	55+60g 60-65g 40-42g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
3 09/12/2025	1. Thịt lợn kho tàu 2. Chả cá xào rau củ 3. Chuôi tiêu 4. Canh bí đỏ nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	81g 20g+35g 1q 30g+2g 120g	50-55g 40-45g 90-100g 250-300ml 200-250g	Bánh gato Hoa Sữa	
4 10/12/2025	1. Chả cốm chiên + chấm sốt 2. Đậu, thịt sốt cà chua 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	65g+15g 70g+5g+15g 90g 30g+2g 120g	50-55g 65-70g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
5 11/12/2025	1. Thịt gà sốt chua ngọt 2. Trứng đảo bông 3. Cải ngọt xào tỏi 5. Canh bí xanh nấu thịt 6. Cơm dẻo thơm	115g 1q 90g 30g+2g 120g	60-65g 40-45g 45-50g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
6 12/12/2025 Học sinh đi tham quan	1. Cơm rang thập cẩm 2. Xúc xích chiên 4. Nước ngọt	130g+20g+30g 1 cái 150ml	230-250g 45-50g 150ml	Bánh mì tươi	

*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

HIỆU TRƯỞNG

Bùi Thị Thu Hằng