



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ẩn Hoa Sữa

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH LONG BIÊN THÁNG 09-2025

(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)

TUẦN 02

THỨ	THỰC ĐƠN	Định lượng TP (gam)		QUÀ CHIỀU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
2 9/15/2025	1. Thịt lợn kho chả nạc 2. Đậu rán tằm hành 3. Bắp cải, cà rốt xào 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	50g-32g 70g 85g 30g 120g	50-55g 60-65g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa hộp Hà Nội milk	
3 9/16/2025	1. Thịt gà rim mắm 2. Cá viên chiên 3. Cải ngọt xào 4. Canh bí đỏ hầm xương gà 5. Cơm dẻo thơm	90g 30g 85g 30g+10g 120g	60-65g 20-22g 45-50g 250-300ml 200-250g	Bánh bông lan bơ sữa	
4 9/17/2025	1. Thịt lợn kho tàu 2. Dưa hấu 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh rau ngót nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	83g 80g 80g 10g 120g	50-55g 70-75g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
5 9/18/2025	1. Cá tươi file chiên xù 2. Trứng kho mắm 3. Rau muống xào 4. Canh chua dầm me 5. Cơm dẻo thơm	60g 1q 85g 6g 120g	50-55g 1 quả 50-52g 250-300ml 200-250g	Sữa hộp Hà Nội milk	
6 9/19/2025	1. Mỳ ý sốt thịt băm - Thịt bò - Thịt lợn - Củ quả - Mỳ ý	15g 25g 90g 75g	300g-400g	Bánh gato 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

Đại diện CMHS

Trần Văn Long



Đại diện nhà trường

P. HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Ngọc Hà