



Công ty TNHH TP Minh Thoa

THỰC ĐƠN HỌC SINH TRƯỜNG TIỂU HỌC VŨ XUÂN THIỀU

Đơn giá 35.000 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)

(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	Bữa phụ	Năng lượng bữa trưa (KCAL)	Đáp ứng nhu cầu hằng ngày 30 -40 %	Tỉ Lệ (%)			Năng lượng bữa phụ (KCAL)	Đáp ứng % nhu cầu năng lượng/ngày
										P	L	G		
Tiêu Chuẩn									30%-40%	13,0-20,0	20,0-30,0	50,0-65,0		
Tuần 15 15/12/2025	Hai 15/12	Cơm	Thịt rán xá xíu	Trứng gà đào bông	Khoai tây xào	Canh bắp cải nấu thịt cà chua	Sữa fristi Cô gái Hà Lan	634,8	38,8	19,2	28,8	58,6	88	7,5
	Ba 16/12	Cơm	Tôm nõn rim thịt	Đậu non sốt tứ xuyên	Bí đỏ xào tỏi	Canh cải xanh nấu thịt	Bánh mì cốm sữa	626,8	37,6	18,2	27,8	57,2	99	7,5
	Tư 17/12	Cơm	Thịt gà lặc pho mai	Xúc xích xào bơ tỏi	Bắp cải cà rốt xào	Canh bí xanh nấu xương	Sữa cao khỏe cô gái Hà Lan	620,6	37,4	17,8	27,2	56,8	90	7,5
	Năm 18/12	Cơm	Thịt kho tàu	Trứng gà kho	Cải ngọt xào tỏi	Canh bí đỏ đỗ xanh hầm xương	Sữa fristi Cô gái Hà Lan	630,2	38,2	18,8	28,4	57,8	88	7,5
	Sáu 19/12	Phở tươi	Gà hấp	Giò lụa		Xương lợn nấu nước phở	Bánh mì ruốc	616,8	36,8	17,2	26,8	56,2	99	7,5

- 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

BCH NHÀ TRƯỜNG DUYỆT

CÔNG TY TNHH THỰC PHẨM MINH THOA



HỒ HIỆU TRƯỞNG
Ngô Xuân Trục

