



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ẩn Hoa Sữa

**THỰC ĐƠN ĂN BÀN TRỮ HỌC SINH TRƯỜNG TH GIA THƯỢNG THÁNG 01-2026**

TUẦN 18+

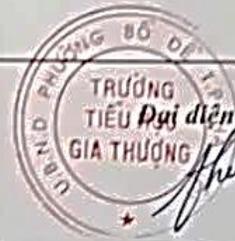
(Thực đơn được xây dựng dựa trên Bảng thành phần thực phẩm Việt Nam do Bộ Y tế và Viện Dinh Dưỡng ban hành năm 2007 và quyết định số 2195/QĐ-BGDĐT ban hành ngày 10/08/2022)

THỨ	THỰC ĐƠN	Định lượng TP (gam)		QUÀ CHÌÈU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
2 12/01/2026	1. Thịt lợn kho trứng cút 2. Đậu rán tằm hành 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	45g+4q 70g 85g 30g+2g 120g	50-55g 55-60g 45-50g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
3 13/01/2026	1. Thịt gà file chiên xù 2. Trứng chưng 3. Khoai tây, cà rốt xào 4. Canh cải cúc nấu thịt băm 5. Cơm dẻo thơm	75g 1q 65g 30g+2g 120g	50-55g 40-45g 40-42g 250-300ml 200-250g	Bánh gato Hoa Sữa	
4 14/01/2026	1. Thịt lợn xay rim mắm 2. Chả cá sốt chua ngọt 3. Dưa hấu 4. Canh cải ngọt nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	80g 30g 80g 30g+2g 120g	50-55g 20-25g 70-75g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
5 15/01/2026	1. Chả cốm chiên + chám sốt tương cà 2. Thịt gà nấu cà ri 3. Cải bắp xào cà rốt 4. Canh bí đỏ nấu thịt băm 5. Cơm dẻo thơm	60g 40g+40g 85g 30g+2g 120g	55-60g 55-60g 50-52g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
6 16/01/2026	1. 2. 3. 4. 5.	Học sinh nghỉ học kì I			

\* 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  
P. HIỆU TRƯỞNG  
Nguyễn Thanh Thủy