



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ấn Hoa Sữa

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRƯ HỌC SINH TRƯỜNG TH GIA THƯỢNG THÁNG 01-2026

TUẦN 19

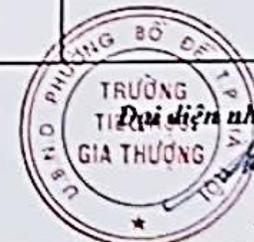
(Thực đơn được xây dựng dựa trên Bảng thành phần thực phẩm Việt Nam do Bộ Y tế và Viện Dinh Dưỡng ban hành năm 2007 và quyết định số 2195/QĐ-BGDĐT ban hành ngày 10/08/2022)

THỨ	THỰC ĐƠN	Định lượng TP (gam)		QUẢ CHIÊU
		Sống	Chín	
2 19/01/2026	1. Thịt bò nấu sốt vang 2. Đậu tằm hành 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	50g+40g 1q 65g 30g+2g 120g	60-65g 40-45g 40-42g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk
3 20/01/2026	1. Cá rô file chiên xù 2. Chả nạc rim tiêu 3. Cải ngọt xào 4. Canh bí xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	63g 32g 85g 30g+2g 120g	40-45g 30-32g 45-50g 250-300ml 200-250g	Bánh gato Hoa Sữa
4 21/01/2026	1. Thịt lợn rang hành 2. Xúc xích xào thập cẩm 3. Dưa hấu 4. Canh cải ngọt nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	80g 20g+30g 80g 30g+2g 120g	50-55g 40-45g 70-75g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk
5 22/01/2026	1. Giò lụa rim tiêu 2. Trứng gà đảo bông 3. Bắp cải xào hành 4. Canh bí đỏ nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	60g 1q 85g 30g+2g 120g	55-60g 40-45g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk
6 23/01/2026	1. Mì ý sốt thịt băm - Thịt bò - Thịt lợn - Củ quả - Mì ý 2. Dưa hấu	10g 20g 85g 80g 70g	300g-400g 60-65g	Sữa chua Vinamilk

* Ghi chú: Các món rau xào, rau canh có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện thời tiết khách quan.



PHÓ GIÁM ĐỐC
Nguyễn Thị Vân



TRƯỜNG
THƯỜNG
GIA THƯỢNG
Nguyễn Thị Bích Mai