



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ấn Hoa Sữa

**THỰC ĐƠN ĂN BÀN TRỮ HỌC SINH TRƯỜNG TH GIA THƯỢNG THÁNG 03-2026**

**TUẦN 26**

*(Lịch 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 10/08/2012)*

THỨ	THỰC ĐƠN	Định lượng TP ( gam)		QUÀ CHIẾU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
2 16/03/2026	1. Chả cốm chiên sốt chám tương cà 2. Trứng gà kho 3. Su hào, cà rốt xào 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	63g+10g 1q 65g 30g+2g 120g	50-55g 40-45g 45-50g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
3 17/03/2026	1. Thịt gà sốt nấm 2. Đậu tằm hành 3. Khoai tây, cà rốt xào 4. Canh cải bắp nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	90g 70g 65g 30g+2g 120g	50-55g 55-60g 50-52g 250-300ml 200-250g	Bánh mì tươi	
4 18/03/2026	1. Thịt lợn quay ngũ vị 2. Giò xào thập cẩm 3. Chuối tiêu 4. Canh cải thảo nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	80g 20g+30g 1q 30g+2g 120g	50-55g 40-45g 90-100g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
5 19/03/2026	1. Cá chiên chám tương cà 2. Đậu sốt cà chua 3. Cải ngọt xào tỏi 4. Canh bí đỏ nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	60g+15g 70g+15g 90g 30g+2g 120g	50-55g 55-60g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
6 20/03/2026	1. Thịt lợn kho trứng cút 2. Xúc xích xào ngũ sắc 3. Bắp cải cà rốt xào 4. Canh củ quả nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	45g+4q 20g+35g 85g 30g+2g 120g	55-50g 50-55g 45-50g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	

\* 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  
TRƯỞNG  
TIỂU HỌC  
GIA THƯỢNG  
*Nguyễn Thị Thủy Mai*