



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ấn Hoa Sữa

THỰC ĐƠN ĂN BẢN TRỮ HỌC SINH TRƯỜNG TH GIA THƯỢNG THÁNG 03+04-2026

TUẦN 28

(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 CHIEU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
2 30/03/2026	1. Cá tằm bột chiên + tương cà 2. Chả nạc rim tiêu 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	60g+10g 30g 85g 30g+2g 120g	50-55g 28-30g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
3 31/03/2026	1. Thịt gà kho gừng 2. Xúc xích xào thập cẩm 3. Rau muống xào 4. Canh chua dầm me 5. Cơm dẻo thơm	90g 15g+35g 85g 5g 120g	55-60g 40-45g 50-55g 250-300ml 200-250g	Bánh mì tươi	
4 01/04/2026	1. Thịt lợn kho trứng cút 2. Khoai tây xào cà rốt 3. Chuối tiêu 4. Canh bí đỏ nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	45g+4q 65g 1q 30g+2g 120g	55-60g 50-55g 90-100g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
5 02/04/2026	1. Chả cốm chiên chấm tương cà 2. Đậu thịt sốt cà chua 3. Bắp cải, cà rốt xào 4. Canh củ quả nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	65g 70g+5g+12g 85g 30g+2g 120g	50-55g 55-60g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
6 03/04/2026	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 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

Nguyễn Thị Lý