



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ẩn Hoa Sữa

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH GIA THUY 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 CHIỀU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
2 12/01/2026	1. Thịt gà sốt chua ngọt 2. Xúc xích xào thập cẩm 3. Giá đỗ cà rốt xào 4. Canh bắp cải nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	115g 20g+35g 65g 30g+2g 120g	60-65g 40-45g 40-42g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
3 13/01/2026	1. Thịt bò nấu sốt vang 2. Trứng đào bông 3. Cải ngọt xào tỏi 4. Canh bí xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	50g+40g 1q 90g 30g +2g 120g	55+60g 40-45g 45-50g 250-300ml 200-250g	Bánh mì tươi Hải Châu	
4 14/01/2026	1. Thịt lợn kho tàu 2. Chả cá xào rau củ 3. Dưa hấu 4. Canh bí đỏ nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	81g 20g+35g 80g 30g+2g 120g	50-55g 40-45g 70-75g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
5 15/01/2026	1. Cá basa chiên giòn 2. Đậu sốt cà chua 3. Su su, cà rốt xào 5. Canh cải xanh nấu thịt 6. Cơm dẻo thơm	63g 70g+12g 90g 30g+2g 120g	45-50g 60-65g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
6 16/01/2026	1. 2. 4.	Học sinh nghỉ Học kỳ 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

GIÁM ĐỐC

Bùi Quang Hoàn



Đại diện nhà trường

HIỆU TRƯỞNG

Bùi Thị Thu Hằng