



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ẩn Hoa Sữa

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH GIA THUY THÁNG 03-2026

TUẦN 26

(1 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 16/03/2026	1. Thịt gà rang gừng 2. Đậu tằm hành 3. Cải bắp, cà rốt xào 4. Canh củ quả nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	115g 70g 90g 30g+2g 120g	50-55g 50-55g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
3 17/03/2026	1. Cá basa chiên xù 2. Trứng chưng 3. Rau muống xào 4. Canh chua dầm me 5. Cơm dẻo thơm	63g 1q 90g 5g 120g	50-55g 40-45g 45-50g 250-300ml 200-250g	Bánh mì tươi socola	
4 18/03/2026	1. Thịt lợn rang mỡ 2. Xúc xích xào ngũ sắc 3. Chuối tiêu 4. Canh bắp cải nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	80g 20g+35g 1q 30g+2g 120g	50-55g 40-45g 90-100g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
5 19/03/2026	1. Chả cốm chiên chấm sốt 2. Đậu thịt sốt cà chua 3. Giá đỗ cà rốt xào 5. Canh cải xanh nấu thịt 6. Cơm dẻo thơm	65g+15g 70g+5g+10g 65g 30g+2g 120g	50-55g 60-65g 40-42g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
6 20/03/2026	1. Đùi gà chiên KFC 2. Sốt tương cà 3. Khoai tây chiên 4. Canh cải ngọt nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	140g 10g 90g 30g+2g 120g	130g-140g 8-10g 30-35g 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

HIỆU TRƯỞNG
Bùi Thị Thu Hằng