Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ăn Hoa Sữa

TUẦN 25

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH NGỌC LÂM THÁNG 03-2026

(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 09/03/2026	1. Cá basa chiên xù 2. Trứng đảo bông 3. Khoai tây, cà rốt xào 4. Canh cải ngọt nấu thịt 5, Cơm dẻo thơm	63g 1q 65g 30g+2g 120g	50-55g 40-45g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamlk	
3 10/03/2026	1. Thịt gà sốt chua ngọt 2. Đậu tẩm hành 3. Bắp cải cà rốt xào 4. Canh bí đỏ nấu thịt 5, Cơm dẻo thơm	90g 70g 90g 30g+2g 120g	50-55g 50-55g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
4 11/03/2026	1. Thịt lợn kho trứng cút 2. Chả cá xào ngũ sắc 3. Chuối tiêu 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	45g+4q 20g+35g 1q 30g+2g 120g	50-55g 40-45g 90-100g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamlk	
5 12/03/2026	1. Thịt bò sốt vang 2. Ruốc thịt gà 3. Cải ngọt xào tỏi 4. Canh bắp cải nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	50g+40g 35g 90g 30g+2g 120g	55-60g 18-20g 50-55g 250-300ml 200-250g	Bánh mì tươi socola	
6 13/03/2026	1. Cơm rang thập cẩm 2. Xúc xích chiên 3. Dưa hấu 4. Canh chua nấu thịt thả giá 5.	130g+30g+45g 1 cái 70g 2g+10g+15g	300-400g 45-50g 60-65g 250-300ml	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

M.S.D.N: 0104402137 CÔNG TY TNHH CHẾ BIẾN XUẤT ĂN HOA SỮA THÀNH PHỐ HÀ NỘI

GIÁM ĐỐC

Bùi Quang Hoàn

Đại diện nhà trường

U.B.N.D PHƯỜNG BỒ ĐỀ TRƯỜNG TIỂU HỌC NGỌC LÂM THÀNH PHỐ HÀ NỘI

HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Thị Bích Huyền