



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ẩn Hoa Sữa

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRƯ HỌC SINH TRƯỜNG TH THANH AM THÁNG 04-2026

TUẦN 29

(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)		Định lượng Kcal (bữa trưa)	QUẢ CHIỀU	Định lượng Kcal (quả chiều)	Tổng Kcal
		Sống	Chín				
2 06/04/2026	1. Thịt gà rang mỡ 2. Trứng chung 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh thịt nấu chua 5. Cơm dẻo thơm	90g 1q 90g 2g+10g+12g 105g	60-65g 40-45g 50-55g 250-300ml 200-220g	200.00 110.00 40.00 60.00 270.00 680.00	Sữa chua Vinamilk	55.00	735.00
3 07/04/2026	1. Cá basa file chiên giòn 2. Đậu mơ sốt cà chua 3. Rau muống xào 4. Canh chua dầm me 5. Cơm dẻo thơm	63g 70g 85g 5g 105g	45-50g 50-55g 50-55g 250-300ml 200-220g	170.00 150.00 40.00 60.00 270.00 690.00	Bánh gato kem	150.00	840.00
4 08/04/2026	1. Thịt lợn kho trứng gà 2. Muối vừng 3. Chuối tiêu 4. Bắp cải, cà rốt xào 5. Canh bí đỏ nấu thịt 6. Cơm dẻo thơm	45g+1q 18g 1q 90g 30g+2g 105g	50-55g 16-18g 90-100g 50-55g 250-300ml 200-220g	190.00 70.00 100.00 40.00 60.00 270.00 730.00	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	67.00	797.00
5 09/04/2026	1. Chả cốm chiên chấm sốt 2. Thịt lợn xào thập cẩm 3. Giá đỗ, cà rốt xào 4. Canh bí xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	65g 15g+35g 65g 30g+2g 105g	50-55g 45-50g 45-50g 250-300ml 200-220g	170.00 100.00 40.00 60.00 250.00 620.00	Sữa Hà Nội milk	57.00	677.00
6 10/04/2026	1. Đùi gà chiên KFC 2. Sốt tương cà 3. Khoai tây chiên 4. Canh cải bắp nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	140g 10g 90g 30g+2g 105g	120-140g 8-10g 30-35g 250-300ml 200-220g	280.00 20.00 80.00 60.00 270.00 710.00	Bánh mì tươi socola	136.00	846.00

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

PHÓ HIỆU TRƯỞNG
Hoàng Thị Quỳnh Ng.