



Công ty TNHH TP Minh Thoa

THỰC ĐƠN HỌC SINH TRƯỜNG TIỂU HỌC VŨ XUÂN THIỀU

Đơn giá 35.000 VND bao gồm 01 bữa ăn trưa, 01 bữa phụ chiều và thuế

(Thực đơn được xây dựng theo "Thực đơn cân bằng dinh dưỡng" được thực hiện bởi Bộ giáo dục và đào tạo và Viện Dinh Dưỡng Quốc Gia)

Tuần	Thứ	Món chính	Món mặn 1	Món mặn 2	Món xào	Món canh	Bữa phụ	Năng lượng bữa trưa (KCAL)	Đáp ứng nhu cầu hằng ngày 30 -40 %	Tỉ Lệ (%)			Năng lượng bữa phụ (KCAL)	Đáp ứng % nhu cầu năng lượng/ngày	
										P	L	G			
Tiêu Chuẩn										30%-40%	13,0-20,0	20,0-30,0	50,0-65,0		
Tuần 02 09/02/2026	Hai 09/02	Cơm	Thịt xá xiu	Trứng gà đào bông	Cải chíp xào	Canh bí đỏ đỗ xanh hầm thịt	Sữa fristi Cô gái Hà Lan	636,8	38,8	19,4	28,8	58,6	88	7,5	
	Ba 10/02	Cơm	Cá rô phi chiên tẩm vừng	Chả lợn sốt bơ tỏi	Cải ngọt xào tỏi	Canh củ quả hầm xương	Bánh cuộn kem Trà xanh	628,1	37,4	18,8	27,6	57,6	99	7,5	
	Tư 11/02	Cơm	Thịt bò nấu cà ri	Đậu rán sốt cà chua	Bắp cải cà rốt xào	Canh bí xanh nấu thịt	Sữa cô gái Hà Lan	616,6	26,8	17,6	26,6	55,4	88	7,5	
	Năm 12/02	Cơm	Má đùi gà hầm nấm hương	Trứng gà kho	Đỗ quả xào	Canh cải xanh nấu thịt	Sữa trái cây Kun	632,8	38,4	19,2	28,2	58,2	88	7,5	
	Sáu 13/02	Cơm rang	Giò lụa +Trứng gà Cù quả	Xúc xích hấp	Khoai tây chiên	Canh đậu non nấu cà chua	Bánh mì ruốc	620,8	37,2	18,2	27,2	56,4	99	7,5	

- Ghi chú : (1) Phần trăm năng lượng được tính trên tổng năng lượng mỗi ngày
(2) Phần trăm Protein, Lipid, Glucid được tính trên tổng năng lượng của một bữa
(3) Tổng số loại nguyên liệu sử dụng trong thực đơn, không bao gồm gia vị
(4) Tổng lượng rau củ quả trong thực đơn, chưa bao gồm trái cây tráng miệng
(5) Tổng lượng muối từ các gia vị chứa muối sử dụng trong thực đơn



BGH NHÀ TRƯỜNG DUYỆT

PHÓ HIỆU TRƯỞNG
Ngô Xuân Trúc

CÔNG TY TNHH THỰC PHẨM MINH THOA