



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 04 23/03/2026	Hai 23/03	Cơm	Thịt bò nấu cà ri	Trứng gà đảo bông	Rau muống xào tỏi	Canh rau muống dầm me	Sữa fristi Cô gái Hà Lan (Việt Quất)	628,8	37,6	18,8	27,6	57,8	88	7,5	
	Ba 24/03	Cơm	Cá rô phi chiên tẩm vừng	Đậu trắng sốt thịt cà chua	Cải ngọt xào tỏi	Canh củ quả hầm xương	Bánh Su Kem Hữu Nghị	638,4	38,8	19,6	28,8	58,6	99	7,5	
	Tư 25/03	Cơm	Má đùi gà sốt me	Xúc xích chiên bơ	Bắp cải cà rốt xào	Canh bí xanh nấu thịt gà	Sữa fristi Cô gái Hà Lan (Vi cam)	624,6	37,4	18,2	27,2	57,2	90	7,5	
	Năm 26/03	Cơm	Thịt xay sốt cà chua	Trứng gà kho	Cải chíp xào	Canh óc đậu nấu thịt cà chua	Caramen Hải Hà	634,8	38,2	19,2	28,4	58,2	88	7,5	
	Sáu 27/03	Bún tươi	Thịt nướng		Su hào cà rốt dầm	Nước chấm chua ngọt	Bánh bông lan nhỏ	616,6	36,8	17,6	26,6	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

CÔNG TY TNHH THỰC PHẨM MINH THOA



PHÓ HIỆU TRƯỞNG
Ngô Xuân Lực