

**CÔNG TY CỔ PHẦN 5SPRO**

**THỰC ĐƠN ĂN SÁNG HỌC SINH TIỂU HỌC ĐÔ THỊ SÀI ĐỒNG**  
*Tháng 11/2018*

Tuần	Thứ	Món ăn thứ 1	Món ăn thứ 2	Món ăn thứ 3	Sữa	Bánh mì
Tuần 1	Hai (5.11)	Bún riêu giò	Bánh đa chả lá lốt	Trứng vịt lộn + Bánh khoai thịt	Sữa đậu nành Fami	Bánh mì bơ
	Ba (6.11)	Phở gà	Bún thang	Xôi thịt kho	Sữa tươi	Bánh mì dâu
	Tư (7.11)	Bún chân giò	Cháo sườn	Trứng vịt lộn + Bánh khoai thịt	Sữa đậu nành Fami	Bánh mì bơ
	Năm (8.11)	Phở bò	Bánh mì sốt vang	Cháo thịt băm	Sữa tươi	Bánh mì dâu
	Sáu (9.11)	Bánh đa chả lá lốt	Súp ngô gà	Xôi trứng	Sữa đậu nành Fami	Bánh mì bơ

**CÔNG TY CP 5SPRO**



PHÓ GIÁM ĐỐC  
*Nguyễn Thu Giang*

**TRƯỜNG TH ĐÔ THỊ SÀI ĐỒNG**

*BGH Ký duyệt*



PHÓ HIỆU TRƯỞNG  
*Hà Thị Diệu Thúy*

## THỰC ĐƠN HỌC SINH TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐÔ THỊ SÀI ĐỒNG

Đơn giá 30,000 VNĐ 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 Đào tạo và Viện Dinh dưỡng Quốc gia)

Tuần	Thứ	Món chính	Món mặn 1	Món mặn 2	Món canh	Món xào	Tráng miệng	Quà chiều
Tuần 2	Hai (5.11)	Com	Thịt băm rim tôm	Đậu sốt cà chua	Canh ngọt nấu thịt	Bắp cải xào	Dưa hấu	Sữa chua yến mạch
	Ba (6.11)	Com	Gà om nấm	Trứng bông	Canh bí hầm xương	Cải ngọt xào	Thanh Long	Sữa đậu nành Fami
	Tư (7.11)	Com	Trứng rán nấm thịt	Chả cá sốt thì là	Canh chua thịt	Su su xào cà rốt	Dưa hấu	Sữa tươi Izzi
	Năm (8.11)	Com	Cá file sốt cà chua	Thịt xào ngũ sắc	Canh mồng tơi nấu tôm	Khoai tây xào	Ổi	Sữa chua Hà Nội Milk
	Sáu (9.11)	Com	Thịt xào chua ngọt	Đậu sốt thịt băm	Canh cải nấu ngao	Giá xào cà rốt nấm hương	Dưa hấu	Sữa tươi Vinamilk

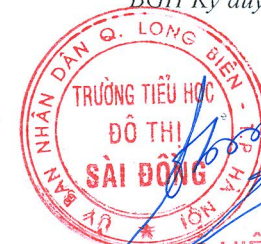
- Ghi chú:**
- (1) Phần trăm năng lượng được tính trên tổng năng lượng của một ngày.
  - (2) Phần trăm Protein, Lipid, Glucid được tính trên tổng năng lượng của một bữa.
  - (3) Tổng số loại nguyên liệu sử dụng trong thực đơn, không bao gồm gia vị.
  - (4) Tổng lượng rau củ quả trong thực đơn, chưa bao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



PHÓ GIÁM ĐỐC  
*Nguyễn Thu Giang*

TRƯỜNG TH ĐÔ THỊ SÀI ĐỒNG

BGH Ký duyệt



PHÓ HIỆU TRƯỞNG

*Hà Thị Diệu Châu*

# CÔNG TY CỔ PHẦN 5SPRO

## THỰC ĐƠN ĂN TRƯA GIÁO VIÊN TRƯỜNG TIỂU HỌC SÀI ĐỒNG

Tháng 11/2018

Tuần	Thứ	Món ăn thứ 1	Món ăn thứ 2	Món ăn thứ 3	Canh	Rau
Tuần 1	Hai (1.10)	Sườn xào chua ngọt	Đậu sốt cà chua	Dưa góp	Canh ngọt nấu thịt	Bắp cải xào
	Ba (2.10)	Cá nục kho dưa	Trứng bông	Lạc chiên	Canh bí hầm xương	Cải ngọt xào
	Tư (3.10)	Chân giò luộc	Chả cá sốt thì là	Dưa muối	Canh chua thịt	Su su xào cà rốt
	Năm (4.10)	Gà rang gừng	Thịt xào ngũ sắc	Cà muối	Canh mồng tơi nấu tôm	Khoai tây xào
	Sáu (5.10)	Thịt kho dứa	Đậu sốt thịt băm	Dưa muối	Canh cải nấu ngao	Giá xào cà rốt nấm hương

Ghi chú: Rau và canh thay đổi theo mùa hoặc do biến động thời tiết

CÔNG TY CP 5SPRO



PHÓ GIÁM ĐỐC  
*Nguyễn Thu Giang*

TRƯỜNG TH ĐÔ THỊ SÀI ĐỒNG

BGH Ký duyệt



PHÓ HIỆU TRƯỞNG  
*Hà Thị Diệu Châu*