

CÔNG TY TNHH HƯƠNG VIỆT SINH- ĐC: Lô BT1- Ngõ 191 Phúc Lợi- Long Biên - Hà Nội

Tuần 2

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH VIỆT HƯNG THÁNG 12-2022



	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		QUÀ CHIỀU	Ghi chú
		Sống	Chín		
	Thực đơn dinh dưỡng Ajinomoto				
	1. Thịt lợn rim tôm	52g	27-32g	Sữa FRISTI Công ty Dutch Lady (1 Hộp)	
	2. Đậu phụ sốt cà chua	70g	40-45g		
	3. Đổ quả xào	70g	40-45g		
	4. Canh khoai tây, cà rốt nấu xương	70g + 10g xương	250-300g		
	5. Cơm gạo dẻo				
3 13/12/2022	1. Cá rô phi tẩm bột chiên xù	50g	30-35g	Bánh Mercury Công ty CP Hải Hà (1 Cái)	
	2. Thịt lợn om ngô ngọt	30g + 20g ngô	30-35g		
	3. Su su, cà rốt xào	70g	40-45g		
	4. Canh bí đỏ nấu thịt	70g + 3g thịt	250-300g		
	5. Cơm gạo dẻo				
4 14/12/2022	1. Thịt gà chiên mắm	50g	25-30g	Thức uống dinh dưỡng Công ty sữa Hà Nội (1 Hộp)	
	2. Chả lụa rim	32g	27-32g		
	3. Bắp cải, cà rốt xào	70g	40-45g		
	4. Canh bí xanh nấu tôm	70g + tôm khô	250-300g		
	5. Cơm gạo dẻo				
5 15/12/2022	Thực đơn dinh dưỡng Ajinomoto			Bánh Custard Công ty Orion (1 Cái)	
	1. Thịt lợn rang dứa	52g	30-35g		
	2. Trứng rán hành	0.8 quả	35-40g		
	3. Bí xanh xào tỏi	70g	40-45g		
	4. Canh rau cải nấu thịt	50g + 3g thịt	250-300g		
6 16/12/2022	1. Cơm rang thập cẩm	150g	180-200g	Sữa chua ăn Công ty sữa Ba Vì (1 Hộp)	
	2. Xúc xích chiên	50g	45-50g		
	3. Canh chua nấu thịt	30g + 4g thịt			

(Các món rau xào, rau canh có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện thời tiết khách quan. Khuyến cáo không nên kết hợp món ăn không có lợi cho sức khỏe: cá và sữa, trứng và sữa)

Thực đơn gửi ngày: 09/09/2022

Người lập

Chuyên viên dinh dưỡng

Bếp trưởng

Ngô Thị Toán
Ngô Thị Toán

Nguyễn Thị Lan Anh
Nguyễn Thị Lan Anh

Hà Nội, Ngày 02. Tháng 12. năm 2022
Đại diện nhà trường
Nguyễn Lợi Chức
HIỆU TRƯỞNG
Nguyễn Lợi Chức

