

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

Tuần 4

THỰC ĐƠN BÀN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH VIỆT HƯNG THÁNG 10-2023

(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)



	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		QUẢ CHIẾU	Ghi chú
		Sống	Chín		
	Thực đơn dinh dưỡng Ajinomoto				
23/10/2023	1, Thịt gà sốt chua ngọt 2, Đậu phụ tứ xuyên 3, Su su, cà rốt xào 4, Canh rau cải nấu thịt 5, Cơm gạo dẻo	52g 70g + 2g thịt 50g 50g + 3g thịt	27-32g 40-45g 35-40g 250-300g	Sữa chua uống Công ty sữa Ba Vi (1 Hộp)	
24/10/2023	1, Thịt lợn hầm sen nấm 2, Chả lụa rim mắm 3, Bắp cải, cà rốt xào 4, Canh khoai tây, cà rốt nấu xương 5, Cơm gạo dẻo	52g 30g 50g 70g + 10g xương	27-32g 25-30g 35-40g 250-300g	Bánh mỳ kem olive cốt Công ty Minh Long (1 Cái)	
25/10/2023	Thực đơn dinh dưỡng Ajinomoto 1, Cá rô phi tẩm bột chiên xù 2, Thịt lợn om ngô ngọt 3, Giá đỗ, cà rốt xào 4, Canh bí xanh nấu xương 5, Cơm gạo dẻo	50g 27g + ngô bắp 45g 70g + 10g xương	30-35g 30-35g 35-40g 250-300g	Sữa Kun Công ty sữa Quốc Tế (1 Hộp)	
26/10/2023	1, Thịt lợn luộc tẩm Maggi 2, Trứng chưng cà chua 3, Khoai tây xào 4, Canh dưa chua nấu xương 5, Cơm gạo dẻo	52g 0,8 quả 50g 40g + 10g xương	27-32g 35-40g 35-40g 250-300g	Bánh trứng sữa mềm Công ty Trảng An (1 Cái)	
27/10/2023	1, Phở gà - Phở - Thịt gà file - Nước dùng thả hành mùi	180g 82g	200-250g 57-62g	Bánh chà bông Sanwich Công ty Bảo Ngọc (1 Cái)	

(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: 11/10/2023

Người lập

Ngô Thị Toán
Ngô Thị Toán

Chuyên viên dinh dưỡng

Nguyễn Thị Lan Anh
Nguyễn Thị Lan Anh

Bếp trưởng

Hà Nội, Ngày 16 Tháng 10 năm 2023

Đại diện nhà trường



HIỆU TRƯỞNG
Nguyễn Thị Bích