



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

Tuần 2

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH VIỆT HƯNG THÁNG 09-2023

(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)		QUÀ CHIẾU	Ghi chú
	Sống	Chín		
Thực đơn dinh dưỡng Ajinomoto 2 11/09/2023	1, Cá rô phi tẩm bột chiên xù 2, Thịt gà hầm củ quả 3, Giá đỗ, cà rốt xào 4, Canh bí xanh nấu xương 5, Cơm gạo dẻo	50g 27g + 20g củ quả 50g 70g + 10g xương	30-35g 30-35g 35-40g 250-300g	Sữa trái cây Công ty sữa Mộc Châu (1 Hộp)
3 12/09/2023	1, Thịt lợn rim mắm 2, Đậu phụ tẩm hành 3, Su su, cà rốt xào 4, Canh chua nấu thịt (Không giá) 5, Cơm gạo dẻo	52g 70g 50g 40g + 3g thịt	27-32g 40-45g 35-40g 250-300g	Dưa hấu Bánh trứng nướng Típô Công ty Hữu Nghị (1 Cái)
4 13/09/2023	1, Thịt gà sốt chua ngọt 2, Giò lụa rim mắm 3, Rau muống xào tỏi 4, Nước canh rau muống nấu chua 5, Cơm gạo dẻo	50g 32g 50g 18g	30-35g 27-32g 35-40g 250-300g	Sữa chua ăn 70g Công ty sữa Ba Vì (1 Hộp)
5 14/09/2023	Thực đơn dinh dưỡng Ajinomoto 1, Thịt lợn kho nước cốt dừa 2, Trứng rán hành 3, Bắp cải, cà rốt xào 4, Canh bầu nấu tôm 5, Cơm gạo dẻo	52g 0,8 quả 50g 70g + tôm khô	27-32g 35-40g 35-40g 250-300g	Bánh Custard Công ty Orion (1 Cái)
6 15/09/2023	1, Bún chả viên - Bún - Thịt viên chả - Nước chấm chua ngọt	200g 82g	200-220g 57-62g	Bánh trứng sữa mềm Công ty Tráng An (1 Cái)

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

Thực đơn gửi ngày: 07/09/2023

Người lập

Ngô Thị Toán

Chuyên viên dinh dưỡng

Nguyễn Thị Lan Anh

Bếp trưởng

Hà Nội, Ngày 0... tháng 9 năm 2023



Đại diện nhà trường

HIỆU TRƯỞNG
Nguyễn Thị Bích