



THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ TH ĐOÀN KHUÊ THÁNG 05/2022

	THỰC ĐƠN HỌC SINH	Định lượng TP (gam/ suất)		QUÀ CHIỀU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
09/05/2022	1 Thực đơn dinh dưỡng Ajinomoto 2 Cá Basa viên thịt chiên 3 Thịt lợn hầm củ, quả 4 Bắp cải, cà rốt xào 5 Canh bầu nấu tôm 6 Cơm gạo dẻo	52g 30g+45g rau, củ 70g 40g 100g	40-45g 35-40g 50-55g 250-300g 180-220g	1. Dưa hấu	
10/05/2022	1 Thịt luộc tấm magi 2 Muối vừng 3 Bí ngô non xào 4 Canh rau cải nấu thịt 5 Cơm gạo dẻo	70g 15g 60g 40g 100g	45-50g .10-15g 50-55g 250-300g 180-220g	1. Sữa chua ăn Công ty Ba Vi	
11/05/2022	1 Gà chiên mật ong 2 Đậu trắng sốt cà chua, thịt băm 3 Rau muống xào 4 Nước canh rau muống nấu chua 5 Cơm gạo dẻo	55g 70g 70g 40g 100g	35-40g 45-50g 50-55g 250-300g 180-220g	1. Bánh cuộn nhỏ Công ty Hữu Nghị	
12/05/2022	1 Thịt lợn kho tàu 2 Trứng chưng 3 Khoai tây xào 4 Canh bắp cải nấu thịt 5 Cơm gạo dẻo	52g 0.8 quả 60g 40g 100g	40-45g 35-40g 50-55g 250-300g 180-220g	1. Sữa tươi Công ty Hà Nội milk	
13/05/2022	1 Cơm rang thập cẩm 2 Xúc xích chiên 3 Canh chua nấu thịt	150 50 40g	200-250 45-50 250-300g	1. Staff bánh mì cốm sữa Công ty Hữu Nghị	

( Rau xào, rau canh công ty có thể thay đổi theo tuần do điều kiện thời tiết )

(Khuyến cáo các món ăn kết hợp không có lời cho sức khỏe: Cá với sữa, trứng với sữa, Tôm với sữa, Bún, Phở với sữa)

Thực đơn gửi ngày: 05 tháng 05 năm 2022

Hà Nội, Ngày 06. Tháng 05. năm 2022

Người lập

Đại diện phòng kỹ thuật chế biến món ăn

Bếp Trưởng

Trần Thị Thu

Nguyễn Xuân Lự



HIỆU TRƯỞNG

Trần Thị Phương Dung