Công ty TNHH Thực phẩm Minh Thoa

THỰC ĐƠN HỌC SINH TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐÔ THỊ VIỆT HƯNG

Đơn giá 25.000 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 và đào tạo và Viện Dinh Dưỡng Quốc Gia)

Tuần	Thứ	Món chính	Món mặn 1	Món mặn 2	Món xào	Món canh	Quà Chiều	Năng Lượng (1) kcal	Đáp ứng nhu cầu hằng ngày (%)	Tỉ Lệ (%)				Tổng số nguyên liệu (3) (loại)	Tổng lượng rau củ quả(4) (g)	Hàm Lượng muối(5) (g)
										P(2)	Protein động vật/ Protein Tổng	L(2)	G(2)			
Tiêu Chuẩn								**523.5-710**	**30-40**	**13.0-20.0**	**≥48.0**	**20.0-30.0**	**50.0-65.0**	**≥10**	**86-140**	**≤2**
Tuần 3	Hai 15/10	Cơm	Thịt rang	Đậu sốt cà chua	Cải ngọt xào tỏi	Canh me chua	Sữa chua	684,6	39,5	17,1	52,4	25	57,9	12	110	14
	Ba 16/10	Cơm	Cá rô chiên xù	Thịt lợn xào	Khoai tây xào thì là	Canh bắp cải nấu thịt	Chuối + bánh	702,5	39,6	17,2	54,2	27,2	64,3	11	130	1,6
	Tư 17/10	Cơm	Thịt sốt cà chua	Trứng tráng hành	Bắp cải xào	Canh mồng tơi nấu cua	Sữa tươi	662,7	37,3	18	58,7	25,4	58,6	12	98	1,8
	Năm 18/10	Cơm	Thịt gà tẩm mật ong rán	Su su cà rốt xào thịt		Canh bí nấu thịt gà	Bánh mì ruốc	682,4	38,5	17,4	52,2	26,2	56,5	10	100	15
	Sáu 19/10	Cơm	Thịt lợn xào hành	Chả cá rim mắm	Bí đỏ xào tỏi	Canh rau ngót nấu thịt	Bánh bông lan	700,2	39,4	16,8	61,7	24,8	59,5	~~10~~	120	1,4

Ghi chú : (1) Phần trăm năng lượng được tính trên tổng năng lương mỗi 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

CÔNG TY TNHH TP MINH THOA

CÔNG TY TRÁCH NHIỆM HỮU HẠN THỰC PHẨM MINH THOA

GIÁM ĐỐC

Phạm Kim Thoa

TRƯỜNG TH ĐÔ THỊ VIỆT HƯNG

BGH Ký Duyệt

TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐÔ THỊ VIỆT HƯNG

PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Đặng Thị Hạnh