

CÔNG TY TNHH CHẾ BIẾN SUẤT ẨM HOA SỮA



THỰC ĐƠN HỌC SINH THÁNG 3 TRƯỜNG TIỂU HỌC GIA THỤY

Đơn giá 24.000VND, bao gồm 01 bữa ăn trưa +01 bữa phụ chiều và bao gồm thuế

Thực đơn được xây dựng theo "Thực đơn dinh dưỡng" được thực hiện bởi Bộ Giáo dục và Viện Dinh dưỡng Quốc gia)

Từ ngày 1.3.2018 đến ngày 09.03.2018

Tuần	Thứ	Món chính	Món mặn	Món rau	Món canh	Quả chiêu	Năng lượng ⁽ⁱ⁾ (kcal)	Đáp ứng nhu cầu hàng ngày (%)	Tỷ lệ (%)				Tổng số nguyên liệu ⁽ⁱⁱ⁾ (loại)	Tổng lượng rau củ quả ⁽ⁱⁱⁱ⁾ (g)	Hàm lượng muối ^(iv) (g)	
									p ^(v)	Protein động vật/Protein tổng	L ^(vi)	G ^(vii)				
Tiêu chuẩn							735-1050	35-50	13.0-20.0	≥48.0	20.0 - 30.0	50.0-60.0	≥10	86-140	≤2	
Tuần 25	Năm 01/3	Cơm	Giò chả rim tiêu	Cải ngọt xào	Bí đỏ, đậu xanh nấu xương	Sữa hộp	1100.0	55	15.4	52.8	34.1	60.5	14	110	1.9	
	Sáu 02/3	Cơm	Thịt gà om nấm	Su hào xào	Cải cúc nấu xương	Dưa hấu	1002.6	49	14.0	48.0	31.0	55.1	13	110	1.7	
Tuần 26	Hai 05/3	Cơm	Thịt lợn, đậu sốt cà chua	Khoai tây xào	Cải cúc nấu thịt	Bánh ngọt	1130.2	56	15.8	54.2	35.0	62.1	12	109	1.8	
	Ba 06/3	Cơm	Gà kho gừng	Bắp cải xào cà chua	Bí đỏ đậu xanh hầm xương	Sữa hộp	1087.0	50	15.2	52.1	33.6	59.7	13	132	1.7	
	Tư 07/3	Cơm	Cá rô phi chiên xù	Giá xào ngũ sắc	Cá nấu rau cải	Bánh Kinh Đô	1009.0	49	14.1	48.4	31.2	55.4	12	112	1.8	
	Năm 08/3	Cơm	Trứng rán thịt gà ngô ngọt	Su hào, cà rốt xào thịt	Củ đậu	Khoai tây cà chua nấu thịt	Sữa hộp	710.0	37	9.9	34.0	22.0	39.0	06	70	1.1
	Sáu 09/3	Cơm	Thịt lợn sốt nấm	Su su xào cà rốt	Bắp cải hầm xương	Bánh bao thịt	1010.6	54	14.1	48.5	31.3	55.5	14	122	1.7	

CÔNG TY TNHH CHẾ BIẾN
XUẤT ĂN HOA SỮA

THỰC ĐƠN

BỮA CHÍNH VÀ BỮA PHỤ - TRƯỜNG TIỂU HỌC GIA THUY - Q. LONG BIÊN - TP. HÀ NỘI

Tuần 27 tháng 03 Năm học 2017 - 2018

Từ ngày 12/ 03/ 2018 đến ngày 16/ 03/ 2018

TT	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
1	Thịt kho tàu	Trứng đúc thịt	Thịt lợn sốt cà chua	Cá rô phi chiên giòn	Đậu sốt thịt xay
2	Khoai tây xào cà rốt	Su hào xào	Bắp cải xào cà rốt	Su su xào cà rốt	Cải ngọt xào tỏi
3	Canh bắp cải nấu thịt	Canh cải cúc nấu thịt	Canh bí đỏ đậu xanh hầm xương	Canh cá nấu rau cải	Canh rau củ hầm xương
4	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Bánh bao thịt
5	<i>Bánh Kinh Đô</i>	<i>Kem Canamen</i>	<i>Bánh ngọt</i>	<i>Sữa hộp Ba vì</i>	<i>Bánh Hữu Nghị</i>

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG



HIỆU TRƯỞNG
Nguyễn Thị Hồng

ĐẠI DIỆN CÔNG TY TNHH
CHẾ BIẾN XUẤT ĂN HOA SỮA



Nguyễn Quang Hoàn