



THỰC ĐƠN TUẦN 5- THÁNG 4/2025

Thực đơn cân bằng dinh dưỡng được thực hiện bởi Bộ Giáo dục đào tạo & Viện Dinh Dưỡng Quốc Gia



NGÀY THÁNG	BỮA SÁNG			BỮA TRƯA			QUÀ CHIỀU
	Thực đơn 1	Thực đơn 2	Thực đơn 3	Thực đơn	Định lượng sống	Định lượng chín	
THỨ HAI 27.4.2025	Phở gà lá chanh Sữa tươi VNM Bánh mỳ mứt cam	Cháo thịt băm Sữa tươi VNM Bánh mỳ mứt cam	Bánh cuốn chả Sữa tươi VNM Bánh mỳ mứt cam	Bò hầm Lagu Đậu sốt thịt băm Cải chíp luộc chấm Maggi Canh bí xanh nấu thịt Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Dưa hấu	60g thịt +35g khoai tây, cà rốt 75g đậu + 15g thịt 75g 25g + 3g thịt 110g 100g	50g-53g 70g-75g 50g-53g 250g-300g 200g-250g 70g-75g	Sữa tươi Vinamilk ít đường + Bánh gạo 
THỨ BA 28.4.2025	Bún riêu cua Sữa đậu nành Bánh mỳ bơ	Xôi chả rim tiêu Sữa đậu nành Bánh mỳ bơ	Bánh mỳ trứng Sữa đậu nành Salat dưa chuột	Gà rán sốt chua ngọt Thịt xào ngũ sắc Cải ngọt xào Canh cua nấu mỏng tươi Cơm gạo dẻo thơm Tráng miệng: Lê	85g thịt gà 25g thịt + 35g rau củ 75g 20g rau + 10g cua xay 110g 65g	50g-55g 45g-50g 48g-50g 250g-300g 200g-250g 48g-52g	Bánh cuộn kem vị socola Hải Hà Kotobuki 



Phào Mừng Quốc Lễ
**GIẢI PHÓNG MIỀN NAM
&
QUỐC TẾ LAO ĐỘNG**
30/4 - 1/5

