



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ấn Hoa Sữa

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH GIA THƯỢNG THÁNG 11-2025

TUẦN 12

(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-BGDDT ban hành ngày 10/08/2022)

THỨ	THỰC ĐƠN	Định lượng TP (gam)		QUẢ CHIỀU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
2 24/11/2025	1. Thịt gà file chiên xù 2. Trứng chưng hành 3. Giá đỗ, cà rốt xào 4. Canh cải cúc nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	80g 1q 65g 30g+2g 120g	55-60g 40-45g 40-42g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
3 25/11/2025	1. Chả cá sốt chua ngọt 2. Trứng chưng thịt băm 3. Cải thảo, cà rốt xào 4. Canh bí đỏ nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	60g 1q+10g 85g 30g+2g 120g	45-50g 45-50g 45-50g 250-300ml 200-250g	Bánh mì cốm	
4 26/11/2025	1. Thịt bò hầm khoai tây, cà rốt 2. Đậu sốt cà chua 3. Bắp cải xào 4. Canh cải xanh nấu thịt băm 5. Cơm dẻo thơm	50g+40g 70g+10g 85g 30g+2g 120g	55-60g 60-65g 45-50g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
5 27/11/2025	1. Thịt lợn kho tàu 2. Muối vừng 3. Chuối tiêu 4. Bí đỏ xào 5. Canh cải ngọt nấu thịt 6. Cơm dẻo thơm	81g 18g 1q 85g 30g +2g 120g	50-55g 40-42g 80-90g 45-50g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
6 28/11/2025	1. Cơm rang thập cẩm 2. Xúc xích chiên chấm sốt tương cà 3. Dưa hấu 4. Canh thịt nấu chua thập cẩm	130g+25g+40g 1 cái 70g 2g+15g+10g	300-350g 45-50g 60-65g 250-300ml	Sữa chua Vinamilk	

* Ghi chú: Các món rau xào, rau canh có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện thời tiết khách quan.



Dại diện công ty

PHÓ GIÁM ĐỐC

Nguyễn Thị Vân



**TRƯỞNG
TIỀN ĐẠO NHÀ TRƯỜNG
GIA THƯỢNG**

HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Thị Thùy Mai