



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ẩn Hoa Sữa

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH GIA THUY THÁNG 10-2025

(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-BGDĐT ban hành ngày 10/08/2022)

TUẦN 05

THỨ	THỰC ĐƠN	Định lượng TP (gam)		QUÀ CHIỀU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
2 06/10/2025	1. 2. 3. 4. 5, Học sinh nghỉ học				
3 07/10/2025	1. 2. 3. 4. 5, Học sinh nghỉ học				
4 08/10/2025	1. Thịt lợn kho đậu 2. Trứng chưng hành 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh bí đỏ nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	55g+50g 1q 90g 35g+2g 120g	50-55g 32-35g 50-55g 250-300ml 200-250g	Kem Caramen Hoa Sữa	
5 09/10/2025	1. Thịt lợn kho tàu 2. Chuối tiêu 3. Chả nạc xào rau củ 4. Canh cải bắp nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	83g 1q 25g+35g 35g+2g 120g	55-60g 1q 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
6 10/10/2025	1. Cơm rang Dương Châu - Thịt lợn - Chả nạc - Củ quả - Gạo tẻ 2. Xúc xích chiên 3. Dưa hấu 4. Canh thịt nấu chua thả giá	15g 20g 45g 130g 50g 70g 2g+15g+10g	300-350g 1 cái 60-65g 250-300ml	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	

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



Đại diện công ty

PHÓ GIÁM ĐỐC

Nguyễn Thị Vân



Đại diện nhà trường

HIỆU TRƯỞNG

Bùi Thị Thu Hằng