



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ấn Hoa Sữa

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

(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-BGDDĐT ban hành ngày 10/08/2022)

TUẦN 12

THỨ	THỰC ĐƠN	Định lượng TP (gam)		QUẢ CHIỀU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
2 24/11/2025	1. Thịt gà file ram sả ớt 2. Đậu sốt cà chua 3. Giá đỗ cà rốt xào 4. Canh bắp cải nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	90g 70g 65g 30g+2g 120g	55+60g 55-60g 40-42g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
3 25/11/2025	1. Chả cá sốt chua ngọt 2. Trứng, thịt đào bông 3. Cải ngọt xào tỏi 4. Canh bí xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	60g 1q+10g 90g 30g +2g 120g	50-55g 40-45g 45-50g 250-300ml 200-250g	Bánh gato Hoa Sữa	
4 26/11/2025	1. Thịt bò hầm khoai tây, cà rốt 2. Đậu tằm hành 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	50g+40g 70g 90g 30g+2g 120g	50-55g 55-60g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
5 27/11/2025	1. Thịt lợn kho tàu 2. Muối vùng 3. Chuối tiêu 4. Bắp cải xào 5. Canh bí đỏ nấu thịt 6. Cơm dẻo thơm	81g 18g 1q 90g 30g+2g 120g	50-55g 16-18g 80-90g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
6 28/11/2025	1. Cơm rang thập cẩm 2. Xúc xích chiên 3. Dưa hấu 4. Canh chua nấu thịt, thả giá	130g+25g+45g 1 cái 70g 2g+15g+10g	120-130g 45-50g 60-65g 250-300ml	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	

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

Đại diện công ty

Đại diện nhà trường

PHÓ GIÁM ĐỐC

Nguyễn Thị Vân

HIỆU TRƯỞNG

Đài Thị Thu Hằng