



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ẩn Hoa Sữa

TUẦN 09

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-BGDĐT ban hành ngày 10/08/2022)

THỨ	THỰC ĐƠN	Định lượng TP (gam)		QUÀ CHIỀU	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
2 03/11/2025	1. Trứng đúc thịt băm 2. Thịt lợn xay rim mắm 3. Rau muống xào tỏi 4. Canh chua dầm me 5. Cơm dẻo thơm	1q+20g 50g 90g 6g 120g	50-55g 40-45g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
3 04/11/2025	1. Cá rô file tẩm bột chiên 2. Đậu sốt cà chua 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh mùng tơi nấu tôm nõn 5. Cơm dẻo thơm	65g 70g+15g 90g 30g +0.5g 120g	40-45g 60-75g 50-55g 250-300ml 200-250g	Bánh gato Hoa Sữa	
4 05/11/2025	1. Thịt file gà om nấm 2. Trứng chưng hành 3. Cải ngọt xào 4. Canh bí đỏ nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	90g 1q 90g 30g+2g 120g	55-60g 40-45g 45-50g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
5 06/11/2025	1. Thịt viên sốt cà chua 2. Muối vừng 3. Dưa hấu 4. Bắp cải xào 5. Canh cải xanh nấu thịt 6. Cơm dẻo thơm	81g+15g 18g 80g 90g 30g+2g 120g	50-55g 15g-18g 65-70g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
6 07/11/2025	1. Đùi gà chiên KFC 2. Xốt tương cà 3. Khoai tây chiên 4. Canh chua nấu thịt, thả giá 5. Cơm dẻo thơm	140g 10g 90g 2g+15g+10g 120g	120-130g 10g 30-35g 250-300ml 200-250g	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.



Đại diện công ty

PHÓ GIÁM ĐỐC
Nguyễn Thị Vân



Đại diện nhà trường

HIỆU TRƯỞNG
Bùi Thị Thu Hằng