



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ẩn Hoa Sữa

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

TUẦN 10

(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 10/11/2025	1. Thịt bò nấu sốt vang 2. Đậu tâm hành 3. Giá đỗ cà rốt xào 4. Canh bắp cải nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	50g+40g 70g 65g 30g+2g 120g	55+60g 60-65g 40-42g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
3 11/11/2025	1. Thịt gà sốt chua ngọt 2. Trứng đào bông 3. Cải ngọt xào tỏi 4. Canh bí xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	115g 1q 90g 30g +2g 120g	60-65g 40-45g 45-50g 250-300ml 200-250g	Bánh gato Hoa Sữa	
4 12/11/2025	1. Chả cốm chiên + chắm sốt 2. Đậu, thịt sốt cà chua 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	65g+15g 70g+5g+15g 90g 30g+2g 120g	50-55g 65-70g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa tươi tiệt trùng Vinamilk	
5 13/11/2025	1. Thịt lợn kho tàu 2. Chả cá xào rau củ 3. Chuôi tiêu 4. Bắp cải xào 5. Canh bí đỏ nấu thịt 6. Cơm dẻo thơm	83g 20g+35g 1q 90g 30g+2g 120g	50-55g 15g-18g 70-80g 50-55g 250-300ml 200-250g	Sữa chua Vinamilk	
6 14/11/2025	1. Cơm rang thập cẩm 2. Xúc xích chiên 3. Dưa hấu 4. Canh chua nấu thịt, thả giá 5.	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

PHÓ GIÁM ĐỐC
Nguyễn Thị Vân



Đại diện nhà trường

HIỆU TRƯỞNG
Bùi Thị Thu Hằng