



Công ty TNHH Chế Biến Xuất Ẩn Hoa Sữa

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRƯ HỌC SINH TRƯỜNG TH THANH AM THÁNG 09-2025

TUẦN 02

(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 15/9/2025	1. Thịt lợn kho cá viên 2. Đậu rán tằm hành 3. Bắp cải, cà rốt xào 4. Canh rau ngót nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	45g-35g 70g 85g 10g 120g	50-55g 60-65g 50-52g 250-300ml 200-250g	Bánh mì tươi	
3 16/9/2025	1. Thịt gà ko xương rim mắm 2. Dưa hấu 3. Cải ngọt xào 4. Canh bí đỏ hầm xương gà 5. Cơm dẻo thơm	90g 80g 85g 30g+10g 120g	60-65g 70-75g 45-50g 250-300ml 200-250g	Sữa chua uống	
4 17/9/2025	1. Chả cá rim sốt chua ngọt 2. Trứng đúc thịt băm 3. Rau muống xào 4. Canh chua dầm me 5. Cơm dẻo thơm	65g 1q + 5g 85g 6g 120g	40-50g 40-45g 50-52g 250-300ml 200-250g	Bánh bông lan bơ sữa	
5 18/9/2025	1. Thịt lợn kho tàu 2. Chuối tiêu 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh cải xanh nấu thịt 5. Cơm dẻo thơm	83g 1q 80g 30g 120g	50-55g 1 quả 50-52g 250-300ml 200-250g	Sữa hộp Hà Nội milk	
6 19/9/2025	1. Bún mọc gà - Mọc gà - Gà file - Mỡ lợn - Xương lợn - Xương gà - Bún tươi	50g 50g 5g 10g 8g 220g	400g - 500g	Bánh gato ruốc Hoa Sữa	

*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

PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Hoàng Thị Quỳnh Nga