

**THỰC ĐƠN SUẤT ĂN HỌC SINH TIỂU HỌC**

Tuần: 13 ( từ ngày 01/12 đến ngày 07/12/2025 )



THỨ	BỮA TRƯA						BỮA PHỤ CHIỀU
	Món mặn 1 (S.food 1)	Món mặn 2 (S.food 2)	Món rau (Vegettable)	Món canh (Soup)	Tinh bột (Carbs)	Tráng miệng (Desserts)	
Thứ 2	Thịt lợn xay sốt cà chua	Lườn gà xào thập cẩm	Bắp cải, cà rốt xào	Bí xanh nấu thịt lợn xay	Cơm trắng (gạo tẻ thơm)	Dưa hấu	Sữa chua uống Monu (BaVi)
Thứ 3	Cá fiets chiên giòn	Thịt lợn, đậu phụ sốt	Bí xanh xào	Canh đậu xanh, bí đỏ, thịt xay	Cơm trắng (gạo tẻ thơm)	Ôi thanh hà	Bánh mì Bibica
Thứ 4	Gà rang lá chanh	Trứng rán cuộn	Cải thảo, cà rốt xào	Canh bắp cải nấu thịt lợn xay	Cơm trắng (gạo tẻ thơm)	Chuối	Sữa chua hộp Ba Vi
Thứ 5	Tôm chiên xả	Thịt lợn xay xào ngô ngọt	Cải ngọt xào tỏi	Canh khoai tây, cà rốt, thịt xay	Cơm trắng (gạo tẻ thơm)	Dưa hấu	Bánh mì Bibica
Thứ 6	Thịt lợn xay xào nấm mỡ	Đậu hũ tẩm hành	Bí ngô non xào tỏi	Canh ngao nấu chua	Cơm trắng (gạo tẻ thơm)	Ôi thanh hà	Sữa HaNoimilk

**\*Thông tin ghi chú:**

Dựa theo phần mềm xây dựng "Thực đơn cân bằng dinh dưỡng". Thực hiện, đào tạo của Công ty Ajinomoto Việt Nam và Viện Dinh dưỡng Quốc gia. Công ty và nhà trường xây dựng thực đơn nhằm cân đối chất P: L: G theo khuyến nghị của "Bảng nhu cầu dinh dưỡng cho người Việt Nam"

**ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỞNG**



**GIÁM ĐỐC**  
*Trần Xuân Hòa*