



THỰC ĐƠN TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐOÀN LẬP

SỨC KHỎE DẸO DAI - VỮNG BƯỚC TƯƠNG LAI

Tuần 33 (14/04/2025 - 18/04/2025)



MÓN ĂN	Món chính	Tinh bột	Món canh	Món rau Tráng miệng	Bữa xế Bữa phụ
Thứ 2 14/04/2025	Tôm lột rang lá chanh Thịt xay xào su su	Cơm trắng	Canh thịt xay nấu cải ngọt	Đưa hấu	Sữa tiết trùng Kaka Ba Vì
Thứ 3 15/04/2025	Thịt heo nướng tảng Trứng ốp la	Cơm trắng	Canh cua nấu mùng tơi	Bắp cải xào/luộc	Bánh mỳ Hải Châu
Thứ 4 16/04/2025		HỌC	SINH	NGHỈ	
Thứ 5 17/04/2025	Thịt gà hấp xì dầu Chả giò que mía	Cơm trắng	Canh xương gà hầm củ quả	Rau muống xào	Bánh Típo + bánh gạo
Thứ 6 18/04/2025	Cá File rang muối Thịt xay xào khoai tây	Cơm trắng	Canh cá nấu cải	Ổi	Sữa chua Ba Vì

1. Thực đơn được xây dựng theo "Thực Đơn Cân Bằng Dinh Dưỡng" được thực hiện bởi Bộ Giáo dục và Đào tạo và Viện Dinh Dưỡng Quốc gia với mục tiêu cân đối về dinh dưỡng (đáp ứng đủ nhu cầu khuyến nghị về năng lượng theo lứa tuổi và đảm bảo cân đối giữa chất P.L.G theo khuyến nghị của "Bảng nhu cầu dinh dưỡng khuyến nghị cho người Việt Nam" năm 2016) và ngon miệng.
2. Do tình hình thời tiết và giá cả biến động nên dẫn đến số lượng và việc thu hoạch rau củ quả giữa trồng/ việc thu hoạch thủy hải sản của các nhà cung cấp nên thực đơn của công ty trong tuần có thể có sự thay đổi.



GIÁM ĐỐC

Nguyễn Thị Thùy

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG

