

DANH SÁCH THỰC ĐƠN

Tuần thứ: 15

Lần ban hành: 01

Từ ngày: 16/12/2024

Đến ngày: 20/12/2024

Thứ	Ngày		Món mặn	Món canh	Món xào	Tráng miệng	Ăn xé
Thứ 2	16/12/2024	Cơm trắng	Trứng chiên thịt bò	Canh khoai mỡ nấu tôm	Su su, cà rốt xào	Dưa hấu	Bánh Flan
Thứ 3	17/12/2024	Cơm trắng	Đậu hũ nhồi thịt sốt cà	Canh mướp, rau bō ngót nấu thịt heo	Đậu đũa, cà rốt xào	Thanh long	Sữa chua vinamilk
Thứ 4	18/12/2024	Cơm trắng	Thịt gà kho gừng	Canh bí đỏ nấu thịt heo	Bắp cải xào nấm	Chuối cau	Bánh mì chà bông gà
Thứ 5	19/12/2024	Cơm trắng	Chả cá bọc trứng cút chiên	Canh mây	Củ sắn, cà rốt xào	Bánh gạo	Bánh da lợn đậu xanh
Thứ 6	20/12/2024	Cơm chiên Dương Châu + Soup rau củ				Mận	Sữa socola vinamilk

- Học sinh suy dinh dưỡng: Tăng lượng thức ăn nhiều chất đạm (thịt, cá); rau và trái cây; sữa và các thực phẩm từ sữa
- Học sinh béo phì: Ăn đúng khẩu phần, hạn chế các món nhiều chất béo (mỡ, da, các món chiên nhiều dầu mỡ...); chất ngọt (bánh, kẹo, kem, nước ngọt....) ăn nhiều rau và trái cây, uống sữa tươi không đường.

Nơi nhận:
- Trường Tiểu học Nguyễn Sơn Hà
- Lưu VT.

Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 13 tháng 12 năm 2024

PHÓ GIÁM ĐỐC
CÔNG TY
HỖN NHÃN HỮU HẠN
SẢN XUẤT THỰC PHẨM
HIKARI
LÊ THỊ MAI

Ghi chú:
Món tráng miệng có thể linh hoạt thay đổi theo mùa.
Món xào có thể linh hoạt thay đổi theo thời tiết.
Món chính cố định theo thực đơn ban hành.