

CÔNG TY TNHH SẢN XUẤT THỰC PHẨM HIKARI
Địa chỉ: 1553 Tỉnh Lộ 10, P. Tân Tạo A, Q. Bình Tân, TPHCM
Điện thoại: (028) 37525208

TRƯỜNG TIỂU HỌC NGUYỄN SƠN HÀ
Địa chỉ: 55A, Cao Thắng, Phường 3, Quận 3, TP. HCM

DANH SÁCH THỰC ĐƠN

Tuần thứ: 16

Lần ban hành: 01

Từ ngày: 23/12/2024Đến ngày: 27/12/2024

Thứ	Ngày		Món mặn	Món canh	Món xào	Tráng miệng	Ăn xế
Thứ 2	23/12/2024	Cơm trắng	Tôm rim thịt heo	Canh bầu nấu cua	Rau muống xào tỏi	Chuối cau	Bánh mì tươi chà bông gà
Thứ 3	24/12/2024	Cơm trắng	Chả cá tươi chiên	Canh chua tôm	Cải thìa xào	Dưa hấu	Sữa chua vinamilk
Thứ 4	25/12/2024	Cơm trắng	Xiu mại trứng cút	Canh hẹ, đậu hũ non nấu thịt	Cải thảo, cà rốt xào	Thanh long	Xúc xích chiên
Thứ 5	26/12/2024	Cơm trắng	Thịt gà kho khoai sọ	Canh bí đỏ nấu thịt	Bắp cải xào nấm	Quýt đường	Bánh Flan
Thứ 6	27/12/2024	Thịt bò nấu đậu, cà rốt + Bánh mì tươi				Bánh gạo	Sữa trái cây 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.

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.

Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 19 tháng 12 năm 2024

PHÓ GIÁM ĐỐC
CÔNG TY TNHH SẢN XUẤT THỰC PHẨM HIKARI
LÊ THỊ MAI