



CÔNG TY CỔ PHẦN QUỐC TẾ HASECA MEKONG

Số 67/69 đường 37 khu đô thị Vạn Phúc - phường Hiệp Bình Phước - Tp.HCM

BẢNG PHÂN TÍCH DINH DƯỠNG TRƯỜNG LÊ VĂN TÁM

Áp dụng cho lứa tuổi 6-7

15/05/2025	MÓN ĂN	THỰC PHẨM	ĐVT	Định lượng/suất	Định lượng chín +/-5gr/suất	Protein	Lipid	Glucid	Kcal
CA TRƯA + XÈ	Thịt xá xiu	Thịt heo vai	gr	70	30	11.90	12.60	-	162
	Cải thảo xào	Cải thảo	gr	40	20	0.40	-	1.20	6
	Canh bí đỏ	Bí đỏ	gr	40		0.40	-	4.00	18
		Hành lá	gr	1		0.02	-	0.07	0
		Thịt heo xay	gr	5		1.20	0.75	-	12
	Bánh	Bánh peppie	gr	18					75.00
	Mì gói nấu thịt băm	Mì ăn liền	gr	30		2.91	5.85	16.53	131
		Thịt heo xay	gr	20		4.80	3.00	-	47
		Cà rốt	gr	5		0.05	-	0.50	2
		Củ cải trắng	gr	5		0.05	-	0.15	1
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gr	90		7.02	0.90	68.49	311
	Dầu thực vật	Dầu thực vật	gr	1		-	1.00	-	9
	Đường cát trắng	Đường cát trắng	gr	5		-	-	4.97	20
	Muối	Muối	gr	3		-	-	-	-
	TỔNG					29	24	96	793

Đơn vị tính trên một (01) khẩu phần ăn

Năng lượng: NL (Kcal) được tính dựa trên lượng thực phẩm sống sạch

Định lượng: ĐL (g) được tính dựa trên thực phẩm sống (thải bỏ phần không ăn được)

Calo tiêu chuẩn

Lứa tuổi: 6 -7 tuổi: 1600kcal	
Buổi trưa chiếm 40%	560 - 640
Buổi xế chiếm 10%	80 - 160
Tổng	680 - 800

Người lập

Đặng Thị Hồng Loan

Đại diện khách hàng



Trần Tiểu Quỳnh

haseca



CÔNG TY CỔ PHẦN QUỐC TẾ HASECA MEKONG

Số 67-69 đường 37 khu đô thị Vạn Phúc - phường Hiệp Bình Phước - Tp.HCM

BẢNG PHÂN TÍCH DINH DƯỠNG TRƯỜNG LÊ VĂN TÂM

Áp dụng cho lứa tuổi 8-9

15/05/2025	MÓN ĂN	THỰC PHẨM	DVT	Định lượng/suất	Định lượng chín +/-5gr/suất	Protein	Lipid	Glucid	Kcal
CA TRƯA + XE	Thịt xá xiu	Thịt heo vai	gr	80	40	13.60	14.40	-	185
	Cải thảo xào	Cải thảo	gr	40	20	0.40	-	1.20	6
	Canh bí đỏ	Bí đỏ	gr	40		0.40	-	4.00	18
		Hành lá	gr	1		0.02	-	0.07	0
		Thịt heo xay	gr	5		1.20	0.75	-	12
	Bánh	Bánh peppie	gr	18					75.00
	Mì gói nấu thịt băm	Mì ăn liền	gr	40		3.88	7.80	22.04	174
		Thịt heo xay	gr	20		4.80	3.00	-	47
		Cà rốt	gr	5		0.05	-	0.50	2
		Củ cải trắng	gr	5		0.05	-	0.15	1
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gr	100		7.80	1.00	76.10	345
	Dầu thực vật	Dầu thực vật	gr	1		-	1.00	-	9
	Đường cát trắng	Đường cát trắng	gr	5		-	-	4.97	20
	Muối	Muối	gr	3		-	-	-	-
	TỔNG					32	28	109	895

Đơn vị tính trên một (01) khẩu phần ăn

Năng lượng: NL (Kcal) được tính dựa trên lượng thực phẩm sống sạch

Định lượng: ĐL (g) được tính dựa trên thực phẩm sống (thải bỏ phần không ăn được)

Calo tiêu chuẩn

Lứa tuổi: 8-9 tuổi: 1800kcal	
Buổi trưa chiếm 35 - 40%	630 - 720
Buổi xế chiếm 5 - 10%	90 - 180
Tổng	720 - 900

Người lập

Đặng Thị Hồng Loan

Đại diện khách hàng



Trần Tiểu Quỳnh

haseca



CÔNG TY CỔ PHẦN QUỐC TẾ HASECA MEKONG

Số 67/39 đường 37 khu đô thị Vạn Phúc - phường Hiệp Bình Phước - Tp.HCM

BẢNG PHÂN TÍCH DINH DƯỠNG TRƯỜNG LÊ VĂN TÂM

Áp dụng cho lứa tuổi 10 - 11

15/05/2025	MÓN ĂN	THỰC PHẨM	DVT	Định lượng/suất	Định lượng chín +/-5gr/suất	Protein	Lipid	Glucid	Chất xơ	Kcal
CA TRƯA + XE	Thịt xá xiu	Thịt heo vai	gr	90	45	15.30	16.20	-	-	209
	Cải thảo xào	Cải thảo	gr	40	20	0.40	-	1.20	0.40	6
	Canh bí đỏ	Bí đỏ	gr	40		0.40	-	4.00	0.40	18
		Hành lá	gr	1		0.02	-	0.07	0.03	0
		Thịt heo xay	gr	5		1.20	0.75	-	-	12
	Bánh	Bánh peppie	gr	18						75.00
	Mì gói nấu thịt băm	Mì ăn liền	gr	40		3.88	7.80	22.04	0.20	174
		Thịt heo xay	gr	30		7.20	4.50	-	-	70
		Cà rốt	gr	5		0.05	-	0.50	0.15	2
		Củ cải trắng	gr	5		0.05	-	0.15	0.05	1
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gr	100		7.80	1.00	76.10	0.40	345
	Dầu thực vật	Dầu thực vật	gr	6		-	5.98	-	-	54
	Đường cát trắng	Đường cát trắng	gr	5		-	-	4.97	-	20
	Muối	Muối	gr	3		-	-	-	-	-
	TỔNG					36	36	109	1.6	986

Đơn vị tính trên một (01) khẩu phần ăn

Năng lượng: NL (Kcal) được tính dựa trên lượng thực phẩm sống sạch

Định lượng: DL (g) được tính dựa trên thực phẩm sống (thải bỏ phần không ăn được)

Calo tiêu chuẩn

Lứa tuổi: 10 -11 tuổi:	2150kcal
Buổi trưa chiếm 35 - 40%	753 - 860
Buổi xế chiếm 5 - 10%	108 - 215
Tổng	861 - 1075

Người lập

Đặng Thị Hồng Loan

Đại diện khách hàng



Trần Tiểu Quỳnh