



THỰC ĐƠN

CẤP TIỂU HỌC XÃ AN LÃO

SỨC KHỎE DẸO DAI - VỮNG BƯỚC TƯƠNG LAI

Tuần 7 (20/10/2025 - 24/10/2025)

MÓN ĂN	Món chính	Tinh bột	Món canh	Món rau Tráng miệng	Bữa xế Bữa phụ
Thứ 2 20/10/2025	Thịt gà kho gừng Thịt băm hầm khoai tây	Cơm trắng	Canh xương gà hầm bí đỏ, đậu xanh	Củ đậu	Sữa Nutifood
Thứ 3 21/10/2025	Thịt heo kho tàu Đậu sốt cà chua	Cơm trắng	Canh thịt xay nấu cải thảo	Củ quả luộc	Bánh mì Staff Hữu Nghị
Thứ 4 22/10/2025	Thịt viên nấu sốt cà chua Trứng đảo bông	Cơm trắng	Canh xương hầm	Thanh long	Sữa Nutifood
Thứ 5 23/10/2025	Nem thịt Giò rim mắm củ cải	Cơm trắng	Canh cua mùng tơi	Chuối	Bánh mì Bibica
Thứ 6 24/10/2025	File cá chiên sốt Teriyaki Thịt xay xào bầu	Cơm trắng	Canh cá nấu cải xanh	Ổi	Sữa chua uống Yakult

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, đảm bảo cung cấp đầy đủ các chất dinh dưỡng cần thiết cho sự phát triển thể chất và tinh thần của học sinh tiểu học.
2. Các món ăn được chế biến đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm, sử dụng nguyên liệu tươi ngon, ưu tiên các sản phẩm nông sản địa phương để đảm bảo chất lượng và giá trị dinh dưỡng.



GÁM ĐỐC

Nguyễn Thị Thùy



HIỆU TRƯỞNG

Vũ Hồng Diệp