

THỰC ĐƠN TUẦN(Ngày 17-21/02/2025)

I. Thông tin dinh dưỡng chi tiết của thực đơn cho 1 học sinh từ 6-7 tuổi

STT	Thứ	Món chính	Món mặn	Món canh	Món xào	Tráng miệng	Ăn xé	Năng lượng ⁽¹⁾ (kcal)	Đáp ứng nhu cầu hàng ngày (%)	Tỷ lệ (%)				Tổng số nguyên liệu ⁽³⁾ (loại)	Tổng lượng rau củ quả ⁽⁴⁾ (g)	Hàm lượng muối ⁽⁵⁾ (g)
										P ⁽²⁾	Protein động vật/ Protein tổng	L ⁽²⁾	G ⁽²⁾			
Tiêu chuẩn								454.2-605.6	30.0-40.0	13.0-20.0	≥ 48.0	20.0-30.0	50.0-65.0	≥ 10	80.0-140.0	≤ 2.0
1	Hai	Cơm	Bò kho	Canh ngọt, mướp nấu tôm	Khoai tây xào	Dưa hấu	Sữa	604.0	34.0	17.6	24.1	58.3	50.0	13	89.0	1.5
2	Ba	Cơm	Chả cá thu sốt cà chua	Canh chua thơm cà nấu giá	Su su xào tôm	Bánh	Sữa	653.0	36.8	14.2	29.2	56.6	57.5	13	88.0	1.3
3	Tư	Cơm	Thịt chiên trứng	Canh rau cải ngọt nấu tôm	Bí đỏ xào	Bánh	Sữa	553.0	31.2	15.9	22.1	62.0	49.6	15	88.0	1.0
4	Năm	Cơm	Thịt gà chiên nước mắm	Canh khoai thịt	Cải thảo xào	Dưa hấu	Sữa	601.0	33.9	14.5	24.5	61.0	54.9	14	89.5	1.6
5	Sáu	Mì quảng				Bánh	Sữa	581.0	32.7	13.8	24.8	61.3	50.8	13	91.5	1.3

II. Thông tin dinh dưỡng chi tiết của thực đơn cho 1 học sinh từ 8-9 tuổi

II. Thông tin dinh dưỡng chi tiết của thực đơn cho 1 học sinh từ 6-9 tuổi																
STT	Thứ	Món chính	Món mặn	Món canh	Món xào	Tráng miệng	Ăn xé	Năng lượng ⁽¹⁾ (kcal)	Đáp ứng nhu cầu hàng ngày (%)	Tỷ lệ (%)				Tổng số nguyên liệu ⁽³⁾ (loại)	Tổng lượng rau củ quả ⁽⁴⁾ (g)	Hàm lượng muối ⁽⁵⁾ (g)
										P ⁽²⁾	Protein động vật/ Protein tổng	L ⁽²⁾	G ⁽²⁾			
Tiêu chuẩn								632.5-710.0	30.0-40.0	13.0-20.0	≥ 48.0	20.0-30.0	50.0-65.0	≥ 10	80.0-140.0	≤ 2.0
1	Hai	Cơm	Bò kho	Canh ngọt, mướp nấu tôm	Khoai tây xào	Dưa hấu	Sữa	604.0	34.0	17.6	24.1	58.3	50.0	13	89.0	1.5
2	Ba	Cơm	Chả cá thu sốt cà chua	Canh chua thơm cà nấu giá	Su su xào tôm	Bánh	Sữa	653.0	36.8	14.2	29.2	56.6	57.5	13	88.0	1.3
3	Tư	Cơm	Thịt chiên trứng	Canh rau cải ngọt nấu tôm	Bí đỏ xào	Bánh	Sữa	553.0	31.2	15.9	22.1	62.0	49.6	15	88.0	1.0
4	Năm	Cơm	Thịt gà chiên nước mắm	Canh khoai thịt	Cải thảo xào	Dưa hấu	Sữa	601.0	33.9	14.5	24.5	61.0	54.9	14	89.5	1.6
5	Sáu	Mì quảng				Bánh	Sữa	581.0	32.7	13.8	24.8	61.3	50.8	13	91.5	1.3

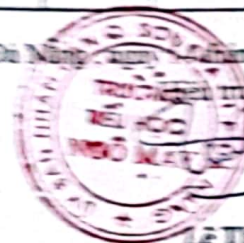
ST: 70/2023/ST-ĐT (Ban hành kèm theo Quyết định số 70/2023/ST-ĐT)

STT	Mã sản phẩm	Tên sản phẩm	Đơn vị tính	Số lượng	Trạng thái	Ký hiệu	Năng lượng (kcal)	Đạm (g)	Tỷ lệ (%)				Tổng số nguyên liệu ¹⁾ (kg)	Tổng lượng rau củ quả ²⁾ (g)	Hàm lượng muối ³⁾ (g)
									Protein	Chất béo	Carbohydrate	Protein			
1	01	Chả giò	kg	100	Đang bán	01	100.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10	100.0	1.0
2	02	Chả giò	kg	100	Đang bán	02	100.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10	100.0	1.0
3	03	Chả giò	kg	100	Đang bán	03	100.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10	100.0	1.0
4	04	Chả giò	kg	100	Đang bán	04	100.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10	100.0	1.0
5	05	Chả giò	kg	100	Đang bán	05	100.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10	100.0	1.0

Lập bảng

Nguyễn Thị Thanh Thu

Đã Nẵng, ngày 12 tháng 12 năm 2025



Lê Thị Em

Chú ý:

- ¹⁾ Phần trăm tổng lượng rau củ quả trong tổng lượng sản phẩm.
- ²⁾ Phần trăm Protein, Acid, Glutamate trong tổng lượng rau củ quả.
- ³⁾ Tổng số các nguyên liệu có trong tổng lượng rau củ quả.
- ⁴⁾ Tổng lượng muối có trong tổng lượng rau củ quả.
- ⁵⁾ Tổng lượng muối có trong tổng lượng rau củ quả.