



CÔNG TY CỔ PHẦN THỰC PHẨM NGÔI SAO XANH - TẬP THỂ CÔNG TY BẮC HÀ, XÃ PHÚC THỊNH, THÀNH PHỐ HÀ NỘI

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ **TRƯỜNG THCS CHU VĂN AN**, TUẦN 28 THÁNG 03/2026

Thực đơn được xây dựng dựa trên " Bảng Thành Phần Thực Phẩm Việt Nam" do Bộ Y Tế, Viện dinh dưỡng xuất bản năm 2007 và Quyết định số 2195/QĐ-BGDĐT ban hành ngày 10/08/2022

Table with 7 columns: THỨ, BỮA CHÍNH, Định lượng Thực phẩm (gram) (Sống, Chín), Năng lượng (Kcalo), Đáp ứng nhu cầu hàng ngày (%), BỮA PHỤ/ BỮA XẾ, GHI CHÚ. Rows include meals for days 2, 3, 4, 5, and 6.

Ghi chú: - (1) Tổng lượng thực phẩm trong thực đơn, chưa qua quá trình làm chín, (3) Phần trăm năng lượng được tính trên tổng năng lượng của một ngày. Món rau xào, rau canh có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện khách quan. - Để tốt cho sức khỏe, không nên ăn 2 món rán trong 1 ngày, không ăn quá 3 bữa rán trên 1 tuần.

Thực đơn gửi ngày:

ĐẠI DIỆN



TỔNG GIÁM ĐỐC Nguyễn Văn Ninh

Hà Nội, ngày 26 tháng 03 năm 2026

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG



Hiệu trưởng TRẦN MAI HƯƠNG