



CÔNG TY TNHH MTV TP NGUYỄN THÀNH ĐẠT
Đ/C: 63 Đường Hiệp Bình,KP6, P.Hiệp Bình Phước, Q, Thủ Đức , TP Hồ Chí Minh
ĐT: 0650.3860521 - 0984.834.984
Email: nguyenthanhdat.food888@gmail.com

THỰC ĐƠN TUẦN 02: TRƯỜNG THPT HIỆP BÌNH

Từ ngày 09/9/2024 đến ngày 13/9/2024

MÓN	THỨ HAI	THỨ BA	THỨ TƯ	THỨ NĂM	THỨ SÁU	THỂ TRẠNG HỌC SINH		
MẶN	CÁNH GÀ CHIÊN NƯỚC MẮM	CỐT LẾT RAM MẬT ONG	THỊT KHO TRỨNG	CÁ ĐIỀU HỒNG KHO (KHÔNG ĐÀU)	HỦ TIÊU (TÔM+THỊT+TRỨNG)	Bình thường	Béo phì	Suy dinh dưỡng
XÀO	CẢI NGỌT XÀO	BẦU XÀO	SU SU XÀO CÀ RỐT	BẮP CẢI XÀO CÀ RỐT		Nhu cầu dinh dưỡng bữa ăn trưa học sinh THPT: Thành phẩm đã chín: 1- Chất đạm: 80 - 100g 2- Chất bột đường: 150 -300g 3- Rau xanh: 200- 300g	Giảm lượng cơm và thực phẩm chứa nhiều dầu mỡ. Tăng lượng rau, củ quả và nước trong món luộc hoặc canh	Tăng lượng cơm, thực phẩm giàu đạm và chất béo.
CANH	BÍ ĐỎ NẤU THỊT BẮM	RAU DỀN MỎNG TƠI NẤU CUA	CHUA THẬP CẨM	SÚP CỦ QUẢ				
TM	THANH LONG	ỒI THÁI	CHUỐI GIÀ	DỪA HẦU	BÁNH KẸP KEM			

Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 04 tháng 09 năm 2024

KT.HIỆU TRƯỞNG

PHÓ HIỆU TRƯỞNG



Vương Quang Tiến