

**TRƯỜNG THCS LÊ QUÝ ĐÔN LONG BIÊN**  
**CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH**

Địa chỉ: Số 85 Đường Phúc Lợi, Phường Phúc Lợi, Quận Long Biên, TP.Hà Nội.

Điện thoại: 0975036888

Mail: lananhpham78@gmail.com

**THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ**

*Tuần 03/12/2022 ( 30.000 / suất đã bao gồm thuế VAT 8%) ( 19-23/12/2022 )*

THỨ	HỌC SINH	ĐỊNH LƯỢNG TP(GAM)		KALO	GHI CHÚ	
		Sông	Chín			
Thứ Hai	1	Đậu nhộng sốt thịt cà chua	0.18g	0.065g	710	
	2	Trứng đúc thịt	1	1		
	3	Giá đỗ xào cà rốt	0.08g	0.06g		
	4	Canh ngao nấu chua	0.035g	0.01g		
	5	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.135g		
Thứ Ba	1	Cá tẩm bột chiên giòn	0.07g	0.065g	705	
	2	Chả lụa HN	0.029g	0.029g		
	3	Bắp cải xào	0.08g	0.06g		
	4	Canh cải cúc nấu thịt	0.025g	0.01g		
	5	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.135g		
Thứ Tư	1	Mọc nấm hương hầm khoai tây	0.1g	0.065g	710	
	2	Chả cá Vissan chiên giòn	0.03f	0.03g		
	3	Bí ngô xào tỏi	0.08g	0.06g		
	4	Canh chua nấu thịt	0.035g	0.01g		
	5	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.135g		
Thứ Năm	1	Gà kho sả gừng	0.129g	0.065g	705	
	2	Lạc chiên muối tẩm gia vị	0.03g	0.03g		
	3	Su su xào tỏi	0.08g	0.06g		
	4	Canh bí xanh nấu xương	0.025g	0.01g		
	5	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
Thứ Sáu	1	Mỳ spaghetti	0.075g	0.055g	710	
	2	Nước sốt	0.02g	0.02g		
	3	Thịt bò băm sốt	0.055g	0.045g		
	4					
	5	Bánh mì	1	1		

*\* Ghi chú : Thực đơn có thể thay đổi theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm hàm lượng dinh dưỡng !*

**Giám đốc**

**Hiệu Trưởng**

**Phạm Thị Lan Anh**

**Nguyễn Thị Minh Thúy**