

**TRƯỜNG THCS LÊ QUÝ ĐÔN LONG BIÊN**

Số 85, tổ 1, Phúc Lợi, Long Biên- Hà Nội

**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 01/10 /2022 ( 30.000 / suất đã bao gồm thuế VAT 8%) ( 03-07 /10/2022 )*

THỨ	HỌC SINH	ĐỊNH LƯỢNG TP(GAM)		KALO	GHI CHÚ	
		Sống	Chín			
Thứ Hai	1	Đậu sốt thịt cà chua	0.12g	0.085g	710	
	2	Trứng tráng hành	1	1		
	3	Su su xào cà rốt	0.085g	0.065g		
	4	Canh khoai nấu xương	0.035g	0.01g		
	5	Cơm gạo dẻo	1.25g	0.135g		
Thứ Ba	1	Thịt bò hầm củ quả	0.052g	0.045g	705	
	2	Lạc chiên muối tằm gia vị	0.03g	0.03g		
	3	Bắp cải xào	0.085g	0.065g		
	4	Canh chua nấu thịt thả giá	0.035g	0.01g		
	5	Cơm gạo dẻo	1.25g	0.135g		
	1	Thịt kho trứng cút	0.1g	0.075g		

<b>Thứ Tư</b>	2	Đậu tằm hành	0.065g	0.055g	710	
	3	Rau muống xào	0.085g	0.065g		
	4	Canh chua nấu me	0.03g	0.01g		
	5	Cơm gạo dẻo	1.25g	1.5g		
<b>Thứ Năm</b>	1	Cá tằm bột chiên giòn	0.075g	0.055g	705	
	2	Chả lụa rim mắm	0.03g	0.03g		
	3	Khoai tây xào	0.085g	0.065g		
	4	Canh cải nấu thịt gừng	0.035g	0.01g		
	5	Cơm gạo dẻo	1.25g	0.135g		
<b>Thứ Sáu</b>	1	Mỳ Spaghtti	0.065g	0.055g	710	
	2	Thịt bò sốt cà chua	0.025g	0.02g		
	3	Thịt lợn Xay	0.026g	0.022g		
	4	Nước sốt Spaghetti	0.015g	0.01g		
	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**