

TRƯỜNG TIỂU HỌC GIANG BIÊN

CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH

Địa chỉ: Tổ 5 Phường Giang Biên, Quận Long Biên, Thành Phố Hà Nội.

Điện thoại: 0975036888

Mail: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 02/10/2022 (22.000 / suất đã bao gồm thuế VAT 8 %) (10-14/10/2022)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Cá tẩm bột chiên giòn	Đậu sốt cà chua	Gà kho sả gừng	Thịt băm rang hành	Thịt bò kho gừng
2	Chả lụa rim mắm	Thịt sốt mắm hành	Lạc chiên giòn tẩm gia vị	Trứng tráng hành	Củ quả ngũ sắc hầm cari
3	Khoai tây xào	Bí ngô xào tỏi	Giá đỗ xào hành	Su su xào cà rốt	Bắp cải xào
4	Canh cải nấu thịt gừng	Canh mồng tơi nấu cua	Canh bí xanh nấu xương	Canh chua nấu thịt thả giá	Canh đậu non nấu thịt
5	Bánh kem tươi	Sữa chua ELOVI	Bánh Bông Lan	Chuối + bánh gạo	Sữa tươi Zinkit
6	Cơm	Cơm	Cơm	Cơm	

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



TRƯỜNG TIỂU HỌC GIANG BIÊN
CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN THƯƠNG MẠI - DỊCH VỤ HỒNG ANH



THỰC ĐƠN CHI TIẾT TUẦN - ĐỊNH LƯỢNG CALO

TUẦN 02/ 10 /2022 * (10-14 / 10 /2022)

Đơn giá: 28.000/1suất ăn (Có bữa phụ) (Đã bao gồm thuế VAT 8%)

Thứ	Tên thực phẩm	Lượng(kg)	T/ phẩm(kg)	Giá tiền	Thành tiền	Kalo	Chi phí khác	Số tiền	Thuế 8 %	ĐGBQ/suất
THỨ 2	Cá tẩm bột chiên giòn	0.06	0.055	135,000	8,100	710	Chi phí khác	100	2,240	
	Chả lụa rim mắm	0.02	0.02	165,000	3,300		Lương	3,500		
	Khoai tây xào	0.05	0.03	22,470	1,124		Lãi	100		
	Cải canh	0.03	0.01	23,000	690		Điện, nước	100		
	Nạc vai xay nấu canh	0.0003	0.0001	155,000	47					
	Bánh kem tươi	1	1	4,000	4,000					
	Cơm (Gạo)	0.12	0.07	17,500	2,100					
	Gia vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375					
	Gas	0.035	0.25	35,000	1,225					
	Tổng				21,960				3,800	2,240
THỨ 3	Đậu sốt cà chua	0.06	0.055	35,000	2,100	705	Chi phí khác	100	2,240	
	Thịt băm sốt mắm hành	0.06	0.055	155,000	9,300		Lương	3,500		
	Bí ngô xào tỏi	0.05	0.03	22,600	1,130		Điện, nước	100		
	Canh mồng tơi nấu cua	0.03	0.01	23,000	690		Lãi	100		
	Cua nấu canh	0.0002	0.0001	200,000	40					
	Sữa chua Elovi	1	1	4,000	4,000					
	Cơm (Gạo)	0.12	0.07	17,500	2,100					
	Gia vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375					
	Gas	0.035	0.25	35,000	1,225					
	Tổng				21,960				3,800	2,240
	Thịt gà kho sả gừng	0.102	0.065	95,000	9,690		Chi phí khác	100	2,240	
	Lạc chiên giòn tẩm gia vị	0.03	0.03	55,000	1,650		Lương	3,500		
	Giá đỗ xào	0.05	0.03	24,260	1,213		Điện, nước	100		

UẬN
 RƯỜN
 IẾU HỌ
 NG BI
 *

THỨ 4	Canh bí xanh nấu xương	0.03	0.01	23,000	690	680					
	Xương nấu canh	0.0003	0.0001	55,000	17		Lãi	100			
	Bánh bông lan	1	1	4,000	4,000						
	Cơm (Gạo)	0.12	0.07	17,500	2,100						
	Gia vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375		TH				
	Gas	0.035	0.25	35,000	1,225						
	Tổng				21,960				3,800	2,240	28,000
THỨ 5	Thịt băm rang hành	0.05	0.05	155,000	7,750	690	Chi phí khác	100	2,240		
	Trứng tráng hành	1	1	4,000	4,000		Lương	3,500			
	Su su xào cà rốt	0.05	0.03	24,580	1,229		Điện, nước	100			
	Canh chua nấu thịt	0.03	0.01	25,000	750		Lãi	100			
	Thịt để nấu canh	0.0002	0.0001	155,000	31						
	Chuối + bánh gạo	1	1	3,500	3,500						
	Cơm (Gạo)	0.12	0.07	17,500	2,100						
	Gia vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375						
	Gas	0.035	0.25	35,000	1,225						
Tổng				21,960			3,800	2,240	28,000		
THỨ 6	Thịt bò kho gừng	0.042	0.04	250,000	10,500	695	Chi phí khác	100	2,240		
	Củ quả ngũ sắc	0.045	0.04	23,000	1,035		Lương	3,500			
	Bắp cải xào	0.03	0.03	21,450	644		Điện, nước	100			
	Canh đậu non nấu thịt	0.03	0.01	35,000	1,050		Lãi	100			
	Thịt để nấu canh	0.0002	0.0001	155,000	31						
	Sữa tươi Zinkit	1	1	4,000	4,000						
	Cơm (Gạo)	0.12	0.07	17,500	2,100						
	Gia vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375						
	Gas	0.035	0.25	35,000	1,225						
Tổng				21,960			3,800	2,240	28,000		

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

TRƯỜNG TIỂU HỌC GIANG BIÊN

CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH

Địa chỉ: Số 5B Ngõ 22 Đường Đặng Vũ Hỷ, P. Thượng Thanh, Long Biên, Hà Nội

Điện thoại: 0975036888

Mail: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 02/10/2022 (28.000 / suất đã bao gồm thuế VAT 8%) (10-14 / 10 /2022)

Thứ	Tên thực phẩm	ĐỊNH LƯỢNG TP(GAM)		QUÀ CHIỀU	Kalo
		Sống	Chín		
Thứ Hai	Cá tẩm bột chiên giòn	0.06g	0.055g	Bánh kem tươi	705
	Chả lụa rim mắm	0.02g	0.02g		
	Khoai tây xào	0.05g	0.03g		
	Canh cải nấu thịt gừng	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
Thứ Ba	Đậu sốt cà chua	0.06g	0.055g	Sữa chua Elovi	710
	Thịt sốt mắm hành	0.06g	0.055g		
	Bí ngô xào tỏi	0.05g	0.03g		
	Canh mồng tơi nấu cua	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
	Gà kho sả gừng	0.102g	0.065g		



Thứ Tư	Lạc chiên giòn tẩm gia vị	0.03g	0.03g	Bánh Bông Lan	705
	Giá đỗ xào hành	0.05g	0.03g		
	Canh bí xanh nấu xương	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
Thứ Năm	Thịt băm rang hành	0.05g	0.045g	Chuối + Bánh gạo	700
	Trứng tráng hành	1	1		
	Su su xào cà rốt	0.05g	0.03g		
	Canh chua nấu thịt thả giá	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
Thứ Sáu	Thịt bò kho gừng	0.042g	0.04g	Sữa tươi Zinkit	695
	Củ quả ngũ sắc hầm cari	0.045g	0.04g		
	Bắp cải xào	0.03g	0.03g		
	Canh đậu non nấu thịt	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		

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

Giám đốc

Phạm Thị Lan Anh

M.S.D.N. : 0107561791 - C
 CÔNG TY TNHH
 TRÁCH NHIỆM HỮU HẠN
 PHÁT TRIỂN THƯƠNG MẠI
 VÀ DỊCH VỤ
 Q. LONG BIÊN - T.P HÀ NỘI

Hiệu trưởng

Nguyễn Văn Kỳ

ỦY BAN NHÂN DÂN TỈNH
 TRƯỜNG
 TIỂU HỌC
 GIANG BIÊN
 QUẬN LONG BIÊN - TP. HÀ NỘI