

# 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 02/11/2022 ( 28.000 / suất đã bao gồm thuế VAT 8 % ) ( 07-11/11/2022 )

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt kho tàu	Đậu tằm hành	Gà xào nấm hành	Học sinh đi tham quan	Trứng tráng cuộn
2	Trứng gà kho xì dầu	Thịt sốt chua ngọt	Lạc chiên tằm muối gia vị		Thịt băm rang hành
3	Rau muống xào	Su su xào cà rốt	Giá đỗ xào cà rốt		Bắp cải xào
4	Canh chua nấu me	Canh bắp cải nấu thịt	Canh bí xanh nấu xương		Canh cải canh nấu thịt
5	Bánh Bông Lan	Sữa chua ELOVI	Chuối Tiêu		Bánh kem tươi
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/ 11 /2022 \* ( 07 - 11/ 11 /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 %
THỨ 2	Thịt kho tàu	0.048	0.045	155,000	7,440	710	Chi phí khác	100	2,240
	Trứng gà kho xì dầu	1	1	4,000	4,000		Lương	3,500	
	Rau muống xào	0.05	0.03	25,000	1,250		Điện, nước	100	
	Canh chua nấu me	0.02	0.01	29,600	592		Lãi	100	
	Bánh bông lan	1	1	3,500	3,500				
	Cơm ( Gạo )	0.125	0.135	17,500	2,188				
	Gia vị +dầu+đường	1.3	0.07	1,250	1,625				
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365				
	<b>Tổng</b>				<b>21,960</b>				<b>3,800</b>
THỨ 3	Đậu tằm hành	0.058	0.045	39,000	2,262	705	Chi phí khác	100	2,240
	Thịt sốt chua ngọt	0.055	0.045	155,000	8,525		Lương	3,500	
	Su su xào cà rốt	0.05	0.03	24,600	1,230		Điện, nước	100	
	Canh bắp cải nấu thịt	0.03	0.01	25,000	750		Lãi	100	
	Thịt để nấu canh	0.0001	0.0001	155,000	16				
	Sữa chua Elovi	1	1	4,000	4,000				
	Cơm ( Gạo )	0.125	0.135	17,500	2,188				
	Gia vị +dầu+đường	1.3	0.07	1,250	1,625				
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365				
	<b>Tổng</b>				<b>21,960</b>				<b>3,800</b>
	Gà xào nấm hành	0.105	0.05	95,000	9,975		Chi phí khác	100	2,240
	Lạc chiên tằm muối gia vị	0.03	0.03	60,000	1,800		Lương	3,500	
	Giá đỗ xào cà rốt	0.05	0.03	24,600	1,230		Điện, nước	100	
	Canh bí xanh nấu xương	0.03	0.01	25,000	750		Lãi	100	

ĐƠN L  
 RƯỜ  
 ẾU H  
 NG B  
 \*

THỨ 4	Xương để nấu canh	0.0005	0.0001	55,000	28	680			
	Chuối tiêu	1	1	3,000	3,000				
	Cơm ( Gạo )	0.125	0.135	17,500	2,188				
	Gia vị +dầu+đường	1.3	0.07	1,250	1,625				
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365		TH		
	<b>Tổng</b>				<b>21,960</b>			<b>3,800</b>	<b>2,240</b>
THỨ 5	Học sinh đi tham quan								
	<b>Tổng</b>				<b>0</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	
THỨ 6	Trứng gà tráng cuộn	1	1	4,000	4,000	695	Chi phí khác	100	2,240
	Thịt băm rang hành	0.047	0.045	155,000	7,285		Lương	3,500	
	Bắp cải xào	0.05	0.03	24,430	1,222		Điện, nước	100	
	Canh cải canh nấu thịt	0.03	0.01	25,000	750		Lãi	100	
	Thịt để nấu canh	0.0001	0.0001	155,000	16				
	Bánh kem tươi	1	1	3,900	3,900				
	Cơm ( Gạo )	0.125	0.135	17,500	2,188				
	Gia vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375				
	Gas	0.035	0.25	35,000	1,225				
	<b>Tổng</b>				<b>21,960</b>			<b>3,800</b>	<b>2,240</b>

*\* 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 02/11/2022 ( 28.000 / suất đã bao gồm thuế VAT 8% ) ( 07 - 11 / 11 / 2022 )**

Thứ	Tên thực phẩm	ĐỊNH LƯỢNG TP(GAM)		QUÀ CHIỀU	Kalo
		Sống	Chín		
Thứ Hai	Thịt kho tàu	0.09g	0.065g	Bánh Bông Lan	710
	Trứng gà kho xì dầu	1	1		
	Rau muống xào	0.05g	0.03g		
	Canh chua nấu me	0.02g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
Thứ Ba	Đậu tằm hành	0.055g	0.045g	Sữa chua Elovi	715
	Thịt sốt chua ngọt	0.055g	0.045g		
	Su su xào cà rốt	0.05g	0.03g		
	Canh bắp cải nấu thịt	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
	Gà xào nấm hành	0.102g	0.065g		



<b>Thứ Tư</b>	Lạc chiên tẩm muối gia vị	0.03g	0.03g	Chuối tiêu	710
	Giá đỗ xào cà rốt	0.05g	0.03g		
	Canh bí xanh nấu xương	0.03g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
<b>Thứ Năm</b>	Học sinh đi tham quan				
<b>Thứ Sáu</b>	Trứng tráng cuộn	1	1	Bánh kem tươi	705
	Thịt băm rang hành	0.048g	0.045g		
	Bắp cải xào	0.05g	0.03g		
	Canh cải canh 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**

**Hiệu trưởng**  
**TRƯỜNG**  
**Tiểu học**  
**GIANG BIÊN**  
**Nguyễn Văn Kỳ**