

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 04/11/2022 (28.000 / suất đã bao gồm thuế VAT 8 %) (21-25/11/2022)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt kho tàu	Đậu sốt cà chua	Gà hầm nấm hương	Thịt bò sốt cà ri bơ	Bún chả nướng than hoa
2	Trứng cút kho	Thịt sốt chua ngọt	Lạc chiên tằm muối gia vị	Khoai tây cà rốt hầm nấm hương	Dưa góp
3	Rau muống xào	Su su xào cà rốt	Giá đỗ xào cà rốt	Bắp cải xào	Nước mắm
4	Canh chua nấu me	Canh mồng tơi nấu cua	Canh bí xanh nấu xương	Canh cải nấu thịt	
5	Bánh Bông Lan	Sữa chua ELOVI	Chuối Tiêu	Bánh kem tươi	Dưa Hấu
6	Cơm	Cơm	Cơm	Cơm	Bún tươi

* 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 04/ 11 /2022 * (21 - 25/ 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 %	ĐGBQ/suất
THỨ 2	Thịt kho tàu	0.055	0.045	155,000	8,525	710	Chi phí khác	100	2,240	
	Trứng cút kho	3	3	1,000	3,000		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	25,350	507		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					
	Tổng				21,960				3,800	2,240
THỨ 3	Đậu sốt cà chua	0.056	0.045	39,000	2,184	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	25,000	1,250		Điện, nước	100		
	Canh mồng tơi nấu cua	0.03	0.01	25,150	755		Lãi	100		
	Cua để nấu canh	0.0003	0.0001	230,000	69					
	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					
Tổng				21,960			3,800	2,240	28,000	
	Gà hầm nấm hương	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		

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						
	Tổng				21,960			TH			
							3,800	2,240	28,000		
THỨ 5	Thịt bò sốt cari bơ	0.05	0.045	250,000	10,001	680	Chi phí khác	100	2,240		
	Khoai tây cà rốt hầm nấm hương	0.03	0.025	25,000	750		Lương	3,500			
	Bắp cải xào	0.05	0.03	25,000	1,250		Điện, nước	100			
	Canh cải nấu thịt	0.03	0.01	25,000	750		Lãi	100			
	Thịt để nấu canh	0.0002	0.0001	155,000	31						
	Bánh kem tươi	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						
	Tổng				21,960				3,800	2,240	28,000
THỨ 6	Chả nướng	0.07	0.065	155,000	10,850	695	Chi phí khác	100	2,240		
	Dưa góp	0.022	0.015	30,000	660		Lương	3,500			
	Nước mắm	0.01	0.01	35,000	350		Điện, nước	100			
	Bún tươi	0.3	0.3	15,000	4,500		Lãi	100			
	Dưa hấu	1	1	3,000	3,000						
	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

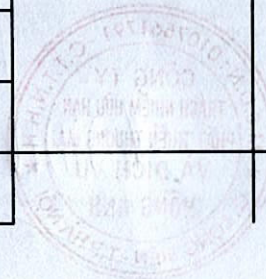
Mail: lananhpham78@gmail.com



THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 04/11/2022 (28.000 / suất đã bao gồm thuế VAT 8%) (21 - 25 / 11 / 2022)

Thứ	Tên thực phẩm	ĐỊNH LƯỢNG TP(GAM)		QUÀ CHIỀU	Kalo
		Sống	Chín		
Thứ Hai	Thịt kho tàu	0.05g	0.045g	Bánh Bông Lan	710
	Trứng cút kho	3	3		
	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 sốt cà chua	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 mồng tơi nấu cua	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
	Gà hầm nấm hương	0.105g	0.065g		



Thứ Tư	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		
Thứ Năm	Thịt bò sốt cà ri bơ	0.05g	0.045g	Bánh kem tươi	
	Khoai tây cà rốt hầm nấm	0.03g	0.025g		
	Bắp cải xào	0.05g	0.03g		
	Canh cải nấu thịt	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
Thứ Sáu	Bún chả nướng than hoa	0.07g	0.065g	Dưa hấu	705
	Dưa góp	0.025g	0.025g		
	Nước mắm	0.01g	0.01g		
	Bún tươi	0.3g	0.3g		

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

