



CÔNG TY TNHH THƯƠNG MẠI VÀ CHẾ BIẾN
SUẤT ĂN HOA SỮA

THỰC ĐƠN HỌC SINH – Q. LONG BIÊN
BỮA CHÍNH VÀ BỮA PHỤ TRƯỞNG TIỂU HỌC LONG BIÊN

Tuần 07 – Năm học 2024 – 2025

(Từ ngày 21/10/2024 đến 25/10/2024)

TT	Thứ 2 (21/10)	Thứ 3 (22/10)	Thứ 4 (23/10) <i>Bữa ăn học đường</i>	Thứ 5 (24/10)	Thứ 6 (25/10)
1	Thịt lợn xào ngô ngọt	Thịt gà kho gừng	Thịt xay rim mắm	Cá rô file chiên xù	Thịt bò hầm củ quả
2	Trứng gà kho	Đậu tằm hành	Dưa hấu	Đậu sốt cà chua	Muối vừng
3	Rau muống xào	Su su, cà rốt xào	Cải ngọt cà rốt xào	Cải bắp xào hành	Giá đỗ, cà rốt xào
4	Canh chua dầm me	Canh bí xanh xương gà	Canh bí đỏ nấu thịt	Canh mùng tơi nấu tôm	Canh cải xanh nấu thịt
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
6	Sữa hộp Mộc Châu	Bánh gato Hoa Sữa	Sữa chua Vinamilk	Bánh Kinh Đô	Kem Caramen Hoa Sữa

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỞNG



P. HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Ngọc Hà

ĐẠI DIỆN CÔNG TY HOA SỮA



PHÓ GIÁM ĐỐC

Nguyễn Thị Vân

CÔNG TY TNHH THƯƠNG MẠI VÀ CHẾ BIẾN SUẤT ẨM HOA SỮA

ĐỊNH LƯỢNG KCAL SUẤT ẨM BÁN TRÚ TRƯỜNG TH LONG BIÊN NĂM HỌC 2024 - 2025

Suất ăn 32.000đ trên một suất ăn đã bao gồm VAT và quà chiều

Thực đơn tuần 07 (từ ngày 21/10 đến 25/10 năm 2024)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (21/10)	Thịt lợn xào ngô ngọt	Thịt lợn	gram	45	55-60	135.0
		Ngô ngọt	gram	25		
	Trứng gà kho	Trứng gà	quả	1	45-50	75.0
	Rau muống xào	Rau muống	gram	70	45-50	16.0
	Canh chua dầm me	Me	gram	3	220-240	5.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Sữa hộp Mộc Châu	Sữa hộp Mộc Châu	hộp	1		80.0
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					
Cộng thứ 2						723.0
Thứ 3 (22/10)	Thịt gà kho gừng	Thịt gà	gram	80	50-60	143.0
	Đậu tằm hành	Đậu phụ	gram	70	50-55	55.0
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	45-50	15.0
	Canh bí xanh xương gà	Bí xanh	gram	30	220-240	15.0
		Xương gà	gram	10		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Bánh gato Hoa Sữa	Bánh gato Hoa Sữa	bánh	1		110.0
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					
Cộng thứ 3						750.0
Thứ 4 (23/10)	Thịt xay rim mắm	Thịt lợn	gram	75	55-60	145.0
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	80	70-72	70.0
	Cải ngọt cà rốt xào	Cải ngọt, cà rốt	gram	75	50-52	16.0
	Canh bí đỏ nấu thịt	Bí đỏ	gram	30	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Sữa chua Vinamilk	Sữa chua Vinamilk	hộp	1		110.0
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					
Cộng thứ 4						768.0

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 5 (24/10)	Cá rô file chiên xù	Cá rô file	gram	55	45-50	65.0
	Đậu sốt cà chua	Đậu phụ	gram	70	55-60	60.0
		Cà chua	gram	10		
	Cải bắp xào hành	Cải bắp	gram	70	45-50	13.0
	Canh mùng toi nấu tôm	Mùng toi	gram	30	210-220	12.0
		Tôm nõn khô	gram	0.5		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Bánh Kinh Đô	Bánh Kinh Đô	bánh	1		70.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 5						632.0
Thứ 6 (25/10)	Thịt bò hầm củ quả	Thịt bò	gram	42	50-55	137.0
		Củ quả	gram	40		
	Muối vừng	Lạc rang	gram	27	28-30	120.0
		Vừng rang	gram	3		
	Giá đỗ, cà rốt xào	Giá đỗ, cà rốt	gram	55	45-50	16.0
	Canh cải xanh nấu thịt	Cải xanh	gram	25	220-240	13.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
Kem Caramen Hoa Sữa	Kem Caramen Hoa Sữa	hộp	1		110.0	
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh,....)						
Cộng thứ 6						808.0