



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

THỰC ĐƠN HỌC SINH – Q. LONG BIÊN
BỮA CHÍNH VÀ BỮA PHỤ TRƯỜNG TIỂU HỌC LONG BIÊN
Tuần 17 – Năm học 2024 – 2025
(Từ ngày 30/12/2024 đến 03/01/2025)

TT	Thứ 2 (30/12)	Thứ 3 (31/12)	Thứ 4 (01/01)	Thứ 5 (02/01) <i>Bữa ăn học đường</i>	Thứ 6 (03/01)
1	Thịt bò hầm khoai tây, cà rốt	Thịt gà rang gừng	Nghỉ tết Dương Lịch	Thịt lợn rang hành	Cá rô file chiên xù
2	Lạc tằm gia vị	Trứng kho mắm		Dưa hấu	Đậu mọt sốt cà chua
3	Giá đỗ, cà rốt xào	Su hào, cà rốt xào		Cải bắp xào	Su su, cà rốt xào
4	Canh cải xanh thịt băm	Canh cải cúc nấu thịt		Canh canh bí đỏ nấu thịt	Canh bí xanh nấu tôm
5	Cơm trắng	Cơm trắng		Cơm trắng	Cơm trắng
6	Sữa hộp IZZI	Bánh gạo Tràng An		Sữa chua Vinamilk	Bánh gato Hoa Sữa



P. HIỆU TRƯỞNG
Nguyễn Ngọc Hà



PHÓ GIÁM ĐỐC
Nguyễn Thị Vân

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

ĐỊNH LƯỢNG KCAL SUẤT ĂN 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 17 (từ ngày 30/12/2024 đến 03/01/2025)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (30/12)	Thịt bò hầm khoai tây, cà rốt	Thịt bò	gram	42	50-55	137.0
		Khoai tây, cà rốt	gram	40		
	Lạc tằm gia vị	Lạc trắng	gram	30	28-30	110.0
	Giá đỗ, cà rốt xào	Giá đỗ, cà rốt	gram	55	40-42	16.0
	Canh cải xanh thịt băm	Cải xanh	gram	25	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Sữa hộp IZZI	Sữa hộp IZZI	hộp	1		80.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 2						770.0
Thứ 3 (31/12)	Thịt gà rang gừng	Thịt gà	gram	80	50-60	143.0
	Trứng kho mắm	Trứng gà bóc	quả	1	45-50	75.0
	Su hào, cà rốt xào	Su hào, cà rốt	gram	70	45-50	15.0
	Canh cải cúc nấu thịt	Cải cúc	gram	25	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Bánh gạo Tràng An	Bánh gạo Tràng An	bánh	2		80.0
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					
Cộng thứ 3						740.0
Thứ 4 (01/01)	Nghỉ tết Dương Lịch					
Cộng thứ 4						-

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 5 (02/01)	Thịt lợn rang hành	Thịt lợn	gram	75	50-55	185.0
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	80	70-72	70.0
	Cải bắp xào	Cải bắp	gram	70	45-50	13.0
	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 5						805.0
Thứ 6 (03/01)	Cá rô file chiên xù	Cá rô file	gram	55	45-50	110.0
	Đậu mướt sốt cà chua	Đậu phụ	gram	70	55-60	118.0
		Cà chua	gram	10		
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	45-50	15.0
	Canh bí xanh nấu tôm	Bí xanh	gram	30	220-240	13.0
		Tôm nõn khô	gram	0.5		
	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 6						778.0

