



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

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

Năm học 2023 – 2024

(Từ ngày 01/07/2024 đến ngày 05/07/2024)

TT	Thứ 2 (01/07)	Thứ 3 (02/07)	Thứ 4 (03/07)	Thứ 5 (04/07)	Thứ 6 (05/07)
1	Thịt băm đúc trứng	Gà chiên tấm vùng	Thịt xay rang hành	Cá rô file chiên	Bún mọc
2	Đậu thịt sốt cà chua	Chả nạc rim mắm	Dưa hấu	Thịt gà xào ngũ sắc	
3	Su su, cà rốt xào	Rau muống xào	Giá đỗ, cà rốt xào	Bắp cải cà rốt xào	
4	Canh rau cải nấu thịt	Canh chua dầm me	Canh rau ngót nấu thịt	Canh bầu nấu tôm	
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	
6	Bánh mì tươi	Chuối tiêu	Sữa chua Hà Nội milk	Sữa hộp trái cây	Bánh mì Hải Châu

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG



ĐẠI DIỆN CÔNG TY HOA SỮA



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

ĐÌNH LƯƠNG KCAL SUẤT ĂN BÁN TRÚ TRƯỜNG TH LONG BIÊN NĂM HỌC 2024 - 2025

Suất ăn 30.000đ trên một suất ăn đã bao gồm VAT và quà chiều

Thực đơn hè (từ ngày 01/07 đến 05/07 năm 2024)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (01/07)	Thịt bằm đúc trứng	Thịt lợn	gram	25	50-55	135.0
		Trứng gà	quả	1		
	Đậu thịt sốt cà chua	Đậu phụ	gram	65	65-70	70.0
		Thịt lợn	gram	25		
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	45-50	15.0
	Canh rau cải nấu thịt	Cải xanh	gram	25	210-220	8.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	450.0
Bánh mì tươi	Bánh mì tươi	bánh	1		80.0	
Cộng thứ 2						758.0
Thứ 3 (02/07)	Thịt gà chiên tâm vòng	Thịt gà	gram	70	40-45	170.0
		Chả nạc rim mắm	Chả nạc	gram	30	26-30
	Rau muống xào	Rau muống	gram	70	45-50	25.0
	Canh chua dầm me	Me	gram	5	210-220	6.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	450.0
	Chuối tiêu	Chuối tiêu	quả	1		80.0
Cộng thứ 3						806.0
Thứ 4 (03/07)	Thịt xay rang hành	Thịt lợn	gram	70	40-45	172.0
		Dưa hấu	Dưa hấu	gram	70	50-60
	Giá đỗ, cà rốt xào	Giá đỗ, cà rốt	gram	55	40-45	35.0
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót lá	gram	55	40-42	20.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	450.0
	Sữa chua Hà Nội milk	Sữa chua Hà Nội milk	hộp	1		44.0
Cộng thứ 4						742.0
Thứ 5 (04/07)	Cá rô file chiên	Cá rô file	gram	52	40-42	70.00
		Thịt gà xào ngũ sắc	Thịt gà	gram	25	40-42
		Đỗ cove, cà rốt	gram	30		
		Ngô ngọt hạt	gram	10		
	Bắp cải cà rốt xào	Bắp cải, cà rốt	gram	70	45-50	12.0
	Canh bầu nấu tôm	Bầu quả	gram	30	210-220	8.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	450.0
Sữa hộp trái cây	Sữa hộp trái cây	bánh	1		50.0	
Cộng thứ 5						645.0
Thứ 6 (05/07)	Bún mọc	Thịt lợn	gram	45	250-260	650.0
		Mọc	gram	35		
		Xương	gram	10		
		Cà chua	gram	10		
		Me	gram	5		
	Bún tươi	gram	200			
Bánh mì Hải Châu	Bánh mì Hải Châu	hộp	1		80.0	
Cộng thứ 5						730.0