



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 05/08/2024 đến 09/08/2024)

TT	Thứ 2 (05/08)	Thứ 3 (06/08)	Thứ 4 (07/08)	Thứ 5 (08/08)	Thứ 6 (09/08)
1	Chả cốm chiên+ sốt	Thịt gà rang gừng	Thịt viên sốt cà chua	Cá rô file chiên xù	Cơm rang Dương Châu
2	Đậu tằm hành	Trứng cút kho tàu	Dưa hấu	Giò nạc rim tiêu	Xúc xích chiên
3	Giá đỗ, cà rốt xào	Rau muống xào	Bắp cải cà rốt xào	Su su, cà rốt xào	
4	Canh cải nấu thịt	Canh chua dầm me	Canh bí đỏ nấu thịt	Canh canh mùng toi nấu tôm	Canh rau ngót nấu thịt
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	
6	Bánh mì tươi Hải Châu	Chuối tiêu	Sữa hộp trái cây	Bánh Cosy Kinh Đô	Sữa chua

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG



P. HIỆU TRƯỞNG

*Namễn Ngọc Hà*

ĐẠI DIỆN CÔNG TY HOA SỮA



PHÓ GIÁM ĐỐC

*Vũ Thanh Bình*

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

ĐÌNH LƯỢNG 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 05/08 đến 09/08 năm 2024)



Thứ	Thực đơn	Chi tiết	DVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (05/08)	Chà cốm chiên sốt	Chà cốm	gram	52	40-42	135.0
	Đậu tằm hành	Đậu phụ	gram	65	60-65	70.0
	Giá đỗ, cà rốt xào	Giá đỗ, cà rốt	gram	55	38-40	7.0
	Canh cải nấu thịt	Cải xanh	gram	25	210-220	8.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	130	220-250	460.0
	Bánh mì tươi Hải Châu	Bánh mì tươi Hải Châu	bánh	1		80.0
<b>Cộng thứ 2</b>						<b>760.0</b>
Thứ 3 (06/08)	Thịt gà rang gừng	Thịt gà	gram	75	40-45	170.0
	Trứng cút kho tàu	Trứng cút	quả	3	26-30	75.0
	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	130	220-250	460.0
	Chuối tiêu	Chuối tiêu	quả	1		80.0
<b>Cộng thứ 3</b>						<b>816.0</b>
Thứ 4 (07/08)	Thịt viên sốt cà chua	Thịt lợn	gram	40	40-45	180.0
		Mộc	gram	35		
		Mỡ khô	gram	5		
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	75	50-60	21.0
	Bắp cải cà rốt xào	Bắp cải, cà rốt	gram	70	45-50	12.0
	Canh bí đỏ nấu thịt	Bí đỏ	gram	30	200-220	6.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	130	220-250	460.0
	Sữa hộp trái cây	Sữa hộp trái cây	hộp	1		50.0
<b>Cộng thứ 4</b>						<b>729.0</b>
Thứ 5 (08/08)	Cá rô file chiên	Cá rô file	gram	52	40-42	70.00
	Giò nạc rim tiêu	Giò nạc	gram	30	25-30	40.0
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	45-50	15.0
	Canh mùng tơi nấu tôm	Mùng tơi	gram	25	200-220	6.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	130	220-250	460.0
	Bánh Cosy Kinh Đô	Bánh Cosy Kinh Đô	bánh	1		50.0
	<b>Cộng thứ 5</b>					
Thứ 6 (09/08)	Cơm rang thập cẩm	Gạo tẻ	gram	140	250-260	650.0
		Thịt lợn	gram	15		
		Chả nạc	gram	10		
		Ngô ngọt	gram	10		
		Đỗ cove, cà rốt	gram	15		
	Trứng gà	gram	15	200-220	230.0	
	Xúc xích chiên	Xúc xích	cái			1
Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót lá	gram	8			
Sữa chua	Sữa chua	hộp	1		44.0	
<b>Cộng thứ 6</b>						<b>929.0</b>