



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 03 – Năm học 2024 – 2025
(Từ ngày 23/09/2024 đến 27/09/2024)

TT	Thứ 2 (23/09)	Thứ 3 (24/09)	Thứ 4 (25/09) <i>Bữa ăn học đường</i>	Thứ 5 (26/09)	Thứ 6 (27/09)
1	Thịt gà kho gừng	Cá file chiên giòn	Thịt lợn kho tàu	Thịt bò hầm củ quả	Phở gà giò nạc
2	Trứng kho tàu	Đậu sốt cà chua	Chuối tiêu	Muối vừng	
3	Su su, cà rốt xào	Cải bắp xào hành	Cải thảo, cà rốt xào	Giá, cà rốt xào	
4	Canh óc đậu cà chua	Canh bí xanh nấu tôm	Canh bí đỏ nấu thịt	Canh thịt nấu chua	
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	
6	Sữa chua Vinamilk	Thạch chanh leo Hoa Sữa	Sữa hộp trái cây Mộc Châu	Bánh xốp Hải Châu	Bánh mì tươi socola

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỞNG

Nguyễn Ngọc Hà
P. HIỆU TRƯỞNG

ĐẠI DIỆN CÔNG TY HOA SỮA

Nguyễn Thị Vân
PHÓ GIÁM ĐỐC

CÔNG TY TNHH THƯƠNG MẠI VÀ CHẾ BIẾN SẢN PHẨM AN HOA SỮA

ĐỊNH LƯỢNG KCAL SẢN PHẨM 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 03 (từ ngày 23/09 đến 27/09 năm 2024)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (23/09)	Thịt gà kho gừng	Thịt gà	gram	80	50-60	143.0
	Trứng gà kho	Trứng gà	quả	1	45-50	75.0
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	45-50	15.0
	Canh óc đậu cà chua	Óc đậu	gram	25	220-240	22.0
		Cà chua	gram	10		
	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 2						777.0
Thứ 3 (24/09)	Cá file chiên giòn	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 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
Thạch chanh leo Hoa Sữa	Thạch chanh leo Hoa Sữa	hộp	1		70.0	
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 3						633.0
Thứ 4 (25/09)	Thịt lợn kho tàu	Thịt lợn	gram	75	50-55	133.0
	Chuối tiêu	Chuối tiêu	quả	1	80-90	88.0
	Cải thảo, cà rốt xào	Cải thảo, cà rốt	gram	70	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 hộp trái cây Mộc Châu	Sữa hộp trái cây Mộc Châu	hộp	1		80.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 4						744.0

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 5 (26/09)	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, cà rốt xào	Giá đỗ, cà rốt	gram	60	45-50	16.0
	Canh thịt nấu chua	Thịt lợn	gram	2	220-240	13.00
		Cà chua	gram	8		
		Me	gram	5		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
Bánh xốp Hải Châu	Bánh xốp Hải Châu	bánh	2		90.0	
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 5						788.0
Thứ 6 (27/09)	Phở gà giò nạc	Thịt gà	gam	70	250-300	600.0
		Giò nạc	gam	30		
		Xương lợn	gam	7		
		Xương gà	gam	10		
		Bánh phở tươi	gam	190		
	Bánh mì tươi socola	Bánh mì tươi socola	bánh	1		80.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 6						680.0

