

TRƯỜNG TIỂU HỌC NGÔ GIA TỰ  
CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH

Địa chỉ : Số 80 Ngõ 466 Đường Ngõ Gia Tự, Phường Đức Giang, Q. Long Biên, Tp. Hà Nội

Điện thoại: 0975036888

Email: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 01/11/2024 (30.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (04/11 - 08/11/2024)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt kho trứng gà	Gà rang muối	Thịt chiên xả xiu	Thịt viên sốt nấm hương	Cơm rang thập cẩm
2	Lạc chiên tằm muối gia vị	Chả lụa HN	Trứng gà đảo bông	Đậu nhắt sốt cà chua	Dưa góp chua ngọt
3	Khoai tây xào	Su su xào cà rốt	Bắp cải xào	Bí ngô xào tỏi	Trứng gà đảo xúc xích
4	Canh cải canh nấu thịt gừng	Canh bí xanh nấu xương	Canh mồng tơi nấu tôm	Canh chua nấu thịt cà chua	Canh chua nấu thịt cà chua
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo rang
6	Bánh mì nhân ruốc	Sữa Kaka trái cây nhiệt đới	Bánh Kem Tươi	Sữa Chua Elovi	Dưa Hấu

\* Ghi chú : Thực đơn cơ chế thay đổi theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm hàm lượng dinh dưỡng !



Phạm Thị Lan Anh



Đào Thị Phương Liên

**TRƯỜNG TIỂU HỌC NGÔ GIA TỰ**  
**CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH**

Địa chỉ : Số 80 Ngõ 466 Đường Ngô Gia Tự, Phường Đức Giang, Q. Long Biên, Tp. Hà Nội  
Điện thoại: 0975036888

Email: lananhpham78@gmail.com

**THỰC ĐƠN BỮA TRƯA GIÁO VIÊN**

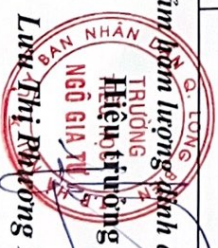
Tuần 01/11/2024 (30.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (04/11-08/11/2024)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt kho trứng gà	Gà rang muối	Thịt chiên xả xiu	Thịt viên sốt nấm hương	Cơm rang thập cẩm
2	Lạc chiên tằm muối gia vị	Chả lụa HN	Trứng gà đào bông	Đậu nhát sốt cà chua	Dưa góp chua ngọt
3	Khoai tây xào	Su su xào cà rốt	Bắp cải xào	Bí ngô xào tỏi	Trứng gà đào xúc xích
4	Canh cải canh nấu thịt gừng	Canh bí xanh nấu xương	Canh mồng tơi nấu tôm	Canh chua nấu thịt cà chua	Canh chua nấu thịt cà chua
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo rang

\* Ghi chú : Thực đơn có thể thay đổi theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm/ giảm lượng/ chất lượng !



Phạm Thị Lan Anh



Lưu Thị Phương Liên







THỨ 4	Bánh Kem Tươi	1	1	4,500	4,500					
	Com(Gạo )	0.125	0.135	23,500	2,938					
	Giá vị+dầu+đường	1.3	1.1	1,350	1,755					
	Gas	0.03	0.03	35,000	1,050					
	<b>Tổng</b>				<b>25,477</b>					
THỨ 5	Thịt viên sốt nấm hương	0.0745	0.06	155,000	11,522					
	Đậu Nhật sốt cà chua	0.055	0.04	39,000	2,145					
	Bí ngô xào tỏi	0.05	0.03	25,000	1,250					
	Canh chua nấu thịt cà chua	0.03	0.01	25,000	750					
	Thịt nấu canh	0.001	0.0001	155,000	155	710				
	Sữa chua Elovi	1	1	4,500	4,500					
	Com(Gạo )	0.1	0.115	23,500	2,350					
	Giá vị+dầu+đường	1.3	1.1	1,350	1,755					
Gas	0.03	0.03	35,000	1,050						
<b>Tổng</b>				<b>25,477</b>	<b>710</b>					
THỨ 6	Rau củ thập cẩm rang com	0.05	0.03	30,000	1,500					
	Giò lụa	0.0295	0.0295	165,000	4,842					
	Nạc vai xay	0.01	0.001	155,000	1,550					
	Dưa góp chua ngọt	0.03	0.01	25,000	750					
	Trứng gà đào xúc xích	1	1	4,000	4,000					
	Xúc xích đào trứng	0.3	0.3	8,000	2,400					
	Canh chua nấu thịt cà chua	0.025	0.01	25,000	625	710				
	Thịt nấu canh	0.001	0.0001	155,000	155					
	Dưa hấu	1	1	4,500	4,500					
	Com(Gạo rang )	0.1	0.115	23,500	2,350					
	Giá vị+dầu+đường	1.3	1.1	1,350	1,755					
Gas	0.03	0.03	35,000	1,050						
<b>Tổng</b>				<b>25,477</b>	<b>710</b>					
	<b>Tổng</b>				<b>4,300</b>			<b>2,223</b>		<b>32,000</b>

\* Ghi chú : Thực đơn có thể thay đổi theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm hàm lượng dinh dưỡng !



TRƯỜNG TIỂU HỌC NGÔ GIA TỰ  
CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH

Địa chỉ: Số 5B Ngõ 22 Đường Đặng Vũ Huy, P. Thượng Thanh, Long Biên, Hà Nội  
Điện thoại: 0975036888, 0611797

Mail: lananhpham78@gmail.com



**THỨC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ**  
Tuan 01/T/2024 (30.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (04-08/11/2024)

THỨ	HỌC SINH	ĐỊNH LƯỢNG TP(KG)		QUẢ CHIỀU	Kalo	
		Sống	Chín			
Thứ Hai	1	Thịt kho trứng gà	0.0555+1	0.04+1	Bánh mì nhân ruốc	710
	2	Lạc chiên tẩm muối gia vị	0.02	0.02		
	3	Khoai tây xào	0.05	0.03		
	4	Canh cải canh nấu thịt gừng	0.025	0.01		
	5	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
Thứ Ba	1	Gà rang muối	0.1	0.055	Sữa Kaka trái cây nhiệt đới	710
	2	Chả lụa HN	0.025	0.025		
	3	Su su xào cà rốt	0.05	0.03		
	4	Canh bí xanh nấu xương	0.026	0.01		
	5	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
	1	Thịt chiên xá xiu	0.059	0.045		



Thứ Tư	2	Trứng gà đảo bông	1	1	Bánh Kem Tươi	710
	3	Bắp cải xào	0.05	0.03		
	4	Canh mồng tơi nấu tôm	0.025	0.01		
	5	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
	1	Thịt viên sốt nấm hương	0.0745	0.06		
Thứ Năm	2	Đậu nhắt sốt cà chua	0.055	0.04	Sữa chua Elovi	710
	3	Bí ngô xào tỏi	0.05	0.03		
	4	Canh chua nấu thịt cà chua	0.025	0.01		
	5	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
	1	Rau củ rang com	0.05	0.03		
Thứ Sáu	2	giò lụa + nạc vai	0.0295 + 0.01	0.0295 + 0.001	Dưa hấu	710
	3	Trứng gà đảo xúc xích	1 + 0.3	1 + 0.3		
	4	Canh chua nấu thịt cà chua	0.025	0.01		
	5	Cơm gạo rang	0.1	0.115		

\* Ghi chú : Thực đơn có thể thay đổi theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm hàm lượng dinh dưỡng !



CHẾ BIẾN VÀ DỊCH VỤ  
PHÁT TRIỂN THƯƠNG MẠI  
CÔNG TY  
M.S.D.I.

TRƯỜNG TIỂU HỌC  
NHÂN DÂN QUỐC GIA