



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 18 + – Năm học 2024 – 2025  
(Từ ngày 13/01/2025 đến 17/01/2025)

TT	Thứ 2 (13/01)	Thứ 3 (14/01)	Thứ 4 (15/01) <i>Bữa ăn học đường</i>	Thứ 5 (16/01)	Thứ 6 (17/01)
1	Thịt gà sốt chua ngọt	Chả cốm Làng Vòng sốt chua ngọt	Thịt lợn kho tàu	Cá rô file tẩm bột chiên	Học sinh nghỉ HKI
2	Đậu sốt cà chua	Thịt lợn xào ngũ sắc	Dưa hấu	Trứng gà tàu	
3	Giá đỗ, cà rốt xào	Cải thảo, cà rốt xào	Cải bắp xào hành	Su su, cà rốt xào	
4	Canh cải cúc nấu thịt	Canh bí đỏ nấu thịt	Canh cải xanh thịt băm	Canh bí xanh nấu tôm	
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	
6	Sữa chua Vinamilk	Bánh gato Hoa Sữa	Sữa Hà Nội milk	Bánh mì nhân đậu đỏ	

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG



P. HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Ngọc Hà

ĐẠI DIỆN CÔNG TY HOA SỮA



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 18 + (từ ngày 13/01/2025 đến 17/01/2025)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (13/01)	Thịt gà sốt chua ngọt	Thịt gà	gram	80	50-60	143.0
	Đậu sốt cà chua	Đậu phụ	gram	70	55-60	60.0
		Cà chua	gram	10		
	Giá đỗ, cà rốt xào	Giá đỗ, cà rốt	gram	55	40-42	16.0
	Canh cải cúc nấu thịt	Cải cúc	gram	25	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Com trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Sữa chua Vinamilk	Sữa chua Vinamilk	hộp	1		80.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
<b>Cộng thứ 2</b>						<b>726.0</b>
Thứ 3 (14/01)	Chả cốm Làng Vòng sốt chua ngọt	Chả cốm	gram	55	50-52	110.0
	Thịt lợn xào ngũ sắc	Thịt lợn	gram	15	35-40	96.0
		Ngô ngọt	gram	12		
		Cà rốt	gram	8		
		Đỗ cove, cà rốt	gram	20		
	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		
	Com 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....)						
<b>Cộng thứ 3</b>						<b>759.0</b>
Thứ 4 (15/01)	Thịt lợn kho tàu	Thịt lợn	gram	73	50-55	133.0
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	80	70-72	70.0
	Cải bắp xào hành	Cải bắp	gram	70	45-50	13.0
	Canh cải xanh thịt băm	Cải xanh	gram	25	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Com trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Sữa Hà Nội milk	Sữa Hà Nội milk	hộp	1		80.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
<b>Cộng thứ 4</b>						<b>723.0</b>

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
<b>Thứ 5 (16/01)</b>	Cá rô file tẩm bột chiên	Cá rô file	gram	55	45-50	110.0
	Trứng gà tàu	Trứng gà bóc	quả	1	45-50	75.0
	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 mì nhân đậu đỏ	Bánh mì nhân đậu đỏ	bánh	1	40-50	80.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
<b>Cộng thứ 5</b>						<b>705.0</b>
<b>Thứ 6 (17/01)</b>	Học sinh nghỉ					
<b>Cộng thứ 6</b>						-

