



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 19 – Năm học 2024 – 2025
(Từ ngày 20/01/2025 đến 24/01/2025)

TT	Thứ 2 (20/01)	Thứ 3 (21/01)	Thứ 4 (22/01) <i>Bữa ăn học đường</i>	Thứ 5 (23/01) <i>Học sinh liên hoan</i>	Thứ 6 (24/01)
1	Thịt lợn xào ngô non	Chả cá rim tiêu	Thịt lợn xay rim mắm	Đùi gà tẩm bột chiên xù	Cơm rang thập cẩm
2	Đậu, thịt sốt cà chua	Trứng kho tàu	Dưa hấu	Khoai tây chiên	Xúc xích chiên
3	Su hào, cà rốt xào	Su su, cà rốt xào	Cải bắp, cà rốt xào	Mì ý sốt thịt băm	
4	Canh cải xanh nấu thịt	Canh cải cúc nấu thịt	Canh bí đỏ nấu thịt	Xúc xích chiên	Canh thịt nấu chua thả giá
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Quýt Sài Gòn	
6	Bánh Cosy Kinh Đô	Chuối Tuấn Việt	Sữa hộp IZZI	Nước ngọt	Sữa chua Vinamilk

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG



PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Dương Thị Mai Hương

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 19 (từ ngày 20/01/2025 đến 24/01/2025)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (20/01)	Thịt lợn xào ngô non	Thịt lợn	gram	45	55-60	135.0
		Ngô ngọt	gram	25		
	Đậu, thịt sốt cà chua	Đậu phụ	gram	70	60-65	90.0
		Cà chua	gram	10		
		Thịt lợn	gram	5		
	Su hào, cà rốt xào	Su hào, cà rốt	gram	70	45-50	15.0
	Canh cải xanh nấu thịt băm	Cải xanh	gram	30	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Bánh Cosy Kinh Đô	Bánh Cosy Kinh Đô	bánh	1		70.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 2						737.0
Thứ 3 (21/01)	Chả cá rim tiêu	Chả cá	gram	60	50-55	110.0
	Trứng kho tàu	Trứng gà bóc	quả	1	45-50	80.0
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	45-50	15.0
	Canh cải cúc nấu thịt	Cải cúc	gram	25	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Chuối Tuấn Việt	Chuối Tuấn Việt	quả	1	80-90	70.0
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					
Cộng thứ 3						702.0
Thứ 4 (22/01)	Thịt lợn xay rim mắm	Thịt lợn	gram	75	50-55	133.0
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	80	70-72	70.0
	Cải bắp, cà rốt xào	Cải bắp, 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 IZZI	Sữa hộp IZZI	hộp	1		80.0
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					
Cộng thứ 4						726.0

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 5 (23/01)	Đùi gà tẩm bột chiên xù	Đùi gà	gram	140	130-140	250.0
	Khoai tây chiên	Khoai tây	gram	70	28-30	30.0
	Mỳ ý sốt thịt băm	Mì ý	gram	80	150-200	200.0
		Thịt lợn	gram	15		
		Thịt bò	gram	10		
		Cù quả	gram	90		
	Xúc xích chiên	Xúc xích	cái	1	30-32	150.0
	Quýt Sài Gòn	Quýt	quả	1	1 q	12.0
	Nước ngọt	Nước ngọt coca	chai	1		200.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 5						842.0
Thứ 6 (24/01)	Cơm rang thập cẩm	Gạo tẻ	gram	140	250-300	700.0
		Thịt lợn	gram	13		
		Chả nạc	gram	15		
		Ngô ngọt	gram	15		
		Đỗ cove, cà rốt	gram	30		
		Trứng gà	gram	10		
	Xúc xích chiên	Xúc xích	cái	1		80.0
	Canh thịt nấu chua thả giá	Thịt lợn	gram	2	220-240	13.00
		Cà chua	gram	10		
		Me	gram	5		
Giá đỗ		gam	10			
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 6						903.0

