



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

**THỰC ĐƠN HỌC SINH – Q. LONG BIÊN
BỮA CHÍNH VÀ BỮA PHỤ TRƯỜNG TIỂU HỌC LONG BIÊN
Tuần 20 – Năm học 2024 – 2025
(Từ ngày 03/02/2025 đến 07/02/2025)**

TT	Thứ 2 (03/02)	Thứ 3 (04/02)	Thứ 4 (05/02)	Thứ 5 (06/02)	Thứ 6 (07/02)
1	Thịt lợn băm rang hành	Cá rô file chiên xù	Thịt gà file om nấm	Thịt lợn kho tàu	Cơm rang thập cẩm
2	Dưa hấu	Đậu sốt cà chua	Trứng kho tiêu	Lạc tằm gia vị	
3	Cải bắp, cà rốt xào	Su hào, cà rốt xào	Khoai tây, cà rốt xào	Su su, cà rốt xào	Xúc xích chiên
4	Canh bí đỏ thịt băm	Canh cải cúc nấu thịt	Canh cải thảo nấu thịt	Canh canh bí xanh nấu thịt	Canh cải nấu thịt
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	
6	Sữa hộp Mộc Châu	Bánh gato Hoa Sữa	Sữa hộp Hà Nội milk	Bánh Cosy Kinh Đô	Sữa chua Vinamilk

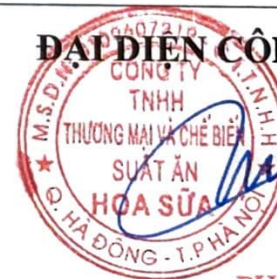
ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG



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 20 (từ ngày 03/02/2025 đến 07/02/2025)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (03/02)	Thịt lợn băm rang hành	Thịt lợn	gram	73	50-55	135.0
	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 thịt băm	Bí đỏ	gram	30	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Sữa hộp Mộc Châu	Sữa hộp Mộc Châu	hộp	1		80.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 2						728.0
Thứ 3 (04/02)	Cá rô file chiên xù	Cá rô file	gram	55	45-50	110.0
	Đậu sốt cà chua	Đậu phụ	gram	70	55-60	70.0
		Cà chua	gram	10		
	Su hào, cà rốt xào	Su hào, 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
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....)						
Cộng thứ 3						732.0
Thứ 4 (05/02)	Thịt gà file om nấm	Thịt gà file	gram	80	50-60	143.0
	Trứng kho tiêu	Trứng gà bóc	quả	1	45-50	75.0
	Khoai tây, cà rốt xào	Khoai tây, cà rốt	gram	70	40-45	20.0
	Canh cải thảo nấu thịt	Cải thảo	gram	25	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Sữa hộp Hà Nội milk	Sữa hộp Hà Nội milk	hộp	1		80.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 4						745.0

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 5 (06/02)	Thịt lợn kho tàu	Thịt lợn	gram	73	50-55	133.0
	Lạc tằm gia vị	Lạc trắng	gram	30	28-30	110.0
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	45-50	15.0
	Canh bí xanh nấu thịt	Bí 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	40-50	70.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 5						755.0
Thứ 6 (07/02)	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 cải nấu thịt	Cải xanh	gram	30	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
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						905.0

