



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 22 – Năm học 2024 – 2025  
(Từ ngày 17/02/2025 đến 21/02/2025)

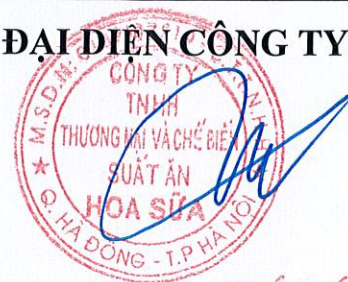
TT	Thứ 2 (17/02)	Thứ 3 (18/02)	Thứ 4 (19/02)	Thứ 5 (20/02)	Thứ 6 (21/02)
1	Thịt lợn rang tôm nõn	Cá rô file chiên giòn	Thịt lợn viên sốt cà chua	Thịt gà om nấm	Cơm rang thập cẩm
2	Đậu tằm hành	Trứng kho	Dưa hấu	Cá viên chiên xù	
3	Cải bắp, cà rốt xào	Su hào, cà rốt xào	Khoai tây, cà rốt xào	Su su, cà 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 22 (từ ngày 17/02/2025 đến 21/02/2025)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (17/02)	Thịt lợn rang tôm nõn	Thịt lợn	gram	50	50-55	185.0
		Tôm nõn	gram	20		
	Đậu tằm hành	Đậu phụ	gram	70	50-55	55.0
	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 IZZI	Sữa hộp IZZI	hộp	1		80.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
<b>Cộng thứ 2</b>						<b>763.0</b>
Thứ 3 (18/02)	Cá rô file chiên giòn	Cá rô file	gram	55	45-50	65.0
	Trứng kho	Trứng gà bóc	quả	1	45-50	75.0
	Su hào, cà rốt xào	Su hào, cà rốt	gram	65	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....)					
<b>Cộng thứ 3</b>						<b>692.0</b>
Thứ 4 (19/02)	Thịt lợn viên sốt cà chua	Thịt lợn	gram	35	50-55	133.0
		Mỡ lợn	gram	10		
		Mộc	gram	30		
		Cà chua	gram	15		
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	80	70-72	70.0
	Khoai tây, cà rốt xào	Khoai tây, cà rốt	gram	65	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....)						
<b>Cộng thứ 4</b>						<b>730.0</b>

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 5 (20/02)	Thịt gà om nấm	Thịt gà	gram	80	50-60	143.0
	Cá viên chiên xù	Cá viên	gram	30	28-30	70.0
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	22-25	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....)						
<b>Cộng thứ 5</b>						<b>725.0</b>
Thứ 6 (21/02)	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	25	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....)						
<b>Cộng thứ 6</b>						<b>905.0</b>