



**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 21 – Năm học 2024 – 2025  
(Từ ngày 10/02/2025 đến 14/02/2025)**

TT	Thứ 2 (10/02)	Thứ 3 (11/02)	Thứ 4 (12/02) <i>Bữa ăn học đường</i>	Thứ 5 (13/02)	Thứ 6 (14/02)
1	Chả cá rim tiêu	Thịt gà file rang gừng	Thịt lợn quay sốt xá xíu	Thịt bò hầm củ quả	Chả cốm Làng Vòng sốt chua ngọt
2	Đậu thịt sốt cà chua	Thịt lợn xào ngũ sắc	Dưa hấu	Muối vừng	Trứng cút kho
3	Khoai tây, cà rốt xào	Cải ngọt xào	Cải bắp, cà rốt xào	Cải thảo, cà rốt xào	Su su, cà rốt xào
4	Canh cải cúc nấu thịt	Canh bí đỏ hầm xương	Canh bí xanh nấu thịt	Canh cải xanh nấu thịt	Canh thịt nấu chua
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
6	Sữa chua Vinamilk	Bánh gạo Tràng An	Sữa hộp IZZI	Chuối Tuấn Việt	Caramen Hoa Sữa

**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 SỮA ẨM HOA SỮA**

**ĐỊNH LƯỢNG KCAL SỮA ẨM 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 21 (từ ngày 10/02/2025 đến 14/02/2025)**

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
<b>Thứ 2</b> (10/02)	Chả cá rim tiêu	Chả cá	gram	60	50-55	110.0
	Đậu thịt sốt cà chua	Đậu phụ	gram	70	60-65	90.0
		Cà chua	gram	10		
		Thịt lợn	gram	5		
	Khoai tây, cà rốt xào	Khoai tây, cà rốt	gram	70	40-45	20.0
	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
	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 2</b>						<b>757.0</b>
<b>Thứ 3</b> (11/02)	Thịt gà file rang gừng	Thịt gà file	gram	80	60-65	143.0
	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 ngọt xào	Cải ngọt	gram		
	Canh bí đỏ hầm xương	Bí đỏ	gram	30	220-240	15.0
		Xương lợn	gram	8		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
Bánh gạo Trảng An	Bánh gạo Trảng An	bánh	2		80.0	
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
<b>Cộng thứ 3</b>						<b>762.0</b>
<b>Thứ 4</b> (12/02)	Thịt lợn quay sốt xá xíu	Thịt lợn	gram	73	50-52	130.0
	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 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
	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 4</b>						<b>723.0</b>

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
<b>Thứ 5</b> (13/02)	Thịt bò hầm củ quả	Thịt bò	gram	42	50-55	137.0
		Khoai tây, cà rốt	gram	40		
	Muối vừng	Lạc rang	gram	27	28-30	120.0
		Vừng rang	gram	3		
	Cải thảo, cà rốt xào	Cải thảo, cà rốt	gram	70	50-52	16.0
	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
Chuối Tuần Việt	Chuối Tuần Việt	quả	1	80-90	70.0	
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
<b>Cộng thứ 5</b>						<b>770.0</b>
<b>Thứ 6</b> (14/02)	Chả cốm Làng Vòng sốt chua ngọt	Chả cốm	gram	55	50-52	110.0
	Trứng cút kho	Trứng cút	quả	4	10-12	50.0
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	45-50	15.0
	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		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
Caramen Hoa Sữa	Caramen Hoa Sữa	hộp	1		110.0	
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
<b>Cộng thứ 6</b>						<b>710.0</b>

