

TRƯỜNG THCS ĐÔ THỊ VIỆT HƯNG

CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH

Địa chỉ: Lô TH03 Khu Đô Thị Việt Hưng, Phường Giang Biên, Quận Long Biên, TP. Hà Nội

Điện thoại: 0975036888

Mail: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 03/04/2023 (30.000 / suất đã bao gồm thuế VAT) (17-21/04/2023)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt xào ngũ sắc	Cá tẩm bột chiên giòn	Thịt rang tôm	Gà hầm nấm hương	Chả nướng than hoa
2	Trứng ốp la	Chả lụa rim mắm	Lạc chiên tẩm muối gia vị	Đậu tằm hành	Dưa góp chua ngọt
3	Bắp cải xào	Su su xào cà rốt	Rau muống xào tỏi	Khoai tây xào	Nước mắm chấm
4	Canh mồng tơi nấu tôm	Canh cải canh nấu thịt	Canh chua nấu me	Canh bí xanh nấu xương	
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Bún tươi

* Ghi chú: Thực đơn có thể thay đổi theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm hàm lượng dinh dưỡng !



Giám đốc

Phạm Thị Lan Anh



Hiệu trưởng

Nguyễn Thị Kim Thúy

TRƯỜNG THCS ĐÔ THỊ VIỆT HÙNG
CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH

Địa chỉ: Số 5B Ngõ 22 Đường Đặng Vũ Hỷ, P.Thượng Thanh, Long Biên, Hà Nội

Điện thoại: 0975036888

Mail: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 03/04/2023 (30.000/ suất đã bao gồm thuế VAT) (17-21/04/2023)

THỨ	Tên Thực Phẩm	ĐỊNH LƯỢNG TP(KG)		KALO	GHI CHÚ
		Sống	Chín		
Thứ Hai	1 Thịt xào ngũ sắc	0.092	0.075	705	
	2 Trứng ốp la	1	1		
	3 Bắp cải xào	0.08	0.055		
	4 Canh mồng tơi nấu tôm	0.03	0.01		
	5 Cơm gạo tẻ	0.125	0.15		
Thứ Ba	1 Cá tẩm bột chiên giòn	0.07	0.06	710	
	2 Chả lụa rim mắm	0.029	0.029		
	3 Su su xào cà rốt	0.08	0.055		
	4 Canh cải canh nấu thịt	0.03	0.01		
	5 Cơm gạo tẻ	0.125	0.15		
	1 Thịt rang tôm	0.065	0.05		

Thứ Tư	2	Lạc chiên tẩm muối gia vị	0.03	0.03	700	
	3	Rau muống xào tỏi	0.08	0.055		
	4	Canh chua nấu me	0.03	0.01		
	5	Cơm gạo tẻ	0.125	0.15		
Thứ Năm	1	Gà hầm nấm hương	0.123	0.075	705	
	2	Đậu tằm hành	0.055	0.045		
	3	Khoai tây xào	0.08	0.055		
	4	Canh bí xanh nấu xương	0.03	0.01		
	5	Cơm gạo tẻ	0.125	0.15		
Thứ Sáu	1	Chả nướng than hoa	0.082	0.065	710	
	2	Dưa góp chua ngọt	0.03	0.02		
	3	Nước mắm chấm	0.025	0.025		
	4					
	5	Bún tươi	0.3	0.3		

* Ghi chú : Thực đơn có thể thay đổi theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm hàm lượng dinh dưỡng !

Giám đốc

Phạm Thị Lan Anh

Hiệu trưởng

Nguyễn Thị Kim Thúy