

TRƯỜNG TIỂU HỌC GIANG BIÊN

CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH

Địa chỉ: Tổ 5 Phường Giang Biên, Quận Long Biên, Thành Phố Hà Nội.

Điện thoại: 0975036888

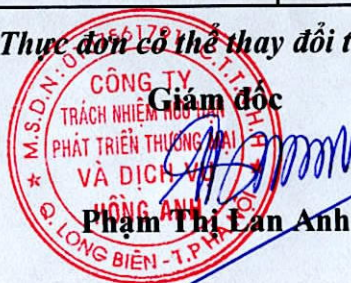
Mail: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 01/12/2022 (28.000 / suất đã bao gồm thuế VAT 8 %) (05-09/12/2022)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt kho tàu	Đậu sốt cà chua	Gà kho sả gừng	Thịt xào hành nấm	Cá tầm bột chiên giòn
2	Trứng gà kho xì dầu	Thịt băm rang hành	Lạc chiên muối tầm gia vị	Giò lụa HN	Đậu trắng sốt thịt cà chua
3	Rau muống xào	Su su xào tỏi	Giá đỗ xào cà rốt	Bắp cải xào	Bí ngô xào tỏi
4	Canh chua nấu me	Canh mồng tơi nấu tôm	Canh bí xanh nấu xương	Canh thịt nấu chua	Canh cải nấu thịt
5	Bánh Bông Lan	Sữa chua ELOVI	Chuối Tiêu	Bánh Su Kem	Bánh quy sữa Cosy
6	Cơm	Cơm	Cơm	Cơm	Cơm

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



TRƯỜNG TIỂU HỌC GIANG BIÊN

CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN THƯƠNG MẠI - DỊCH VỤ HỒNG ANH



THỰC ĐƠN CHI TIẾT TUẦN - ĐỊNH LƯỢNG CALO

TUẦN 01/12 /2022 * (05 - 09/ 12 /2022)

Đơn giá: 28.000/1 suất ăn(Có bữa phụ) (Đã bao gồm thuế VAT 8%)

Thứ	Tên thực phẩm	Lượng(kg)	T/ phẩm(kg)	Giá tiền	Thành tiền	Kalo	Chi phí khác	Số tiền	Thuế 8 %	ĐGBQ/suất
THỨ 2	Thịt kho tàu	0.05	0.045	155,000	7,750	710	Chi phí khác	100	2,240	
	Trứng gà kho xì dầu	1	1	4,000	4,000		Lương	3,500		
	Rau muống xào	0.05	0.03	23,000	1,150		Điện, nước	100		
	Canh chua nấu me	0.03	0.01	22,750	683		Lãi	100		
	Bánh bông lan	1	1	3,200	3,200					
	Cơm (Gạo)	0.125	0.135	17,500	2,188					
	Gia vị +dầu+đường	1.3	0.07	1,250	1,625					
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365					
	Tổng				21,960			3,800	2,240	28,000
THỨ 3	Đậu sốt cà chua	0.055	0.045	39,000	3,009	705	Chi phí khác	100	2,240	
	Thịt băm rang hành	0.05	0.045	155,000	7,750		Lương	3,500		
	Su su xào tỏi	0.05	0.03	25,000	1,250		Điện, nước	100		
	Canh mồng tơi nấu tôm	0.03	0.01	25,000	750		Lãi	100		
	Tôm để nấu canh	0.0001	0.0002	230,000	23					
	Sữa chua Elovi	1	1	4,000	4,000					
	Cơm (Gạo)	0.125	0.135	17,500	2,188					
	Gia vị +dầu+đường	1.3	0.07	1,250	1,625					
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365					
	Tổng				21,960			3,800	2,240	28,000
	Gà kho sả gừng	0.111	0.055	95,000	10,545		Chi phí khác	100	2,240	
	Lạc chiên muối tẩm gia vị	0.03	0.03	39,000	1,170		Lương	3,500		
	Giá đỗ xào cà rốt	0.05	0.03	25,000	1,250		Điện, nước	100		
	Canh bí xanh nấu xương	0.03	0.01	25,400	762		Lãi	100		

UÂN
TRƯỜNG
TIỂU HỌC
GIANG BIÊN

THỨ 4	Xương để nấu canh	0.001	0.0001	55,000	55	680				
	Chuối tiêu	1	1	3,000	3,000					
	Cơm (Gạo)	0.125	0.135	17,500	2,188					
	Gia vị +dầu+đường	1.3	0.07	1,250	1,625					
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365		TH			
	Tổng				21,960			3,800	2,240	28,000
THỨ 5	Thịt xào hành nấm	0.05	0.045	155,000	7,750	690	Chi phí khác	100	2,240	
	Giò lụa HN	0.025	0.025	165,000	4,125		Lương	3,500		
	Bắp cải xào	0.05	0.03	23,000	1,150		Điện, nước	100		
	Canh thịt nấu chua	0.03	0.01	23,700	711		Lãi	100		
	Thịt để nấu canh	0.0003	0.0001	155,000	47					
	Bánh su kem	1	1	3,000	3,000					
	Cơm (Gạo)	0.125	0.135	17,500	2,188					
	Gia vị +dầu+đường	1.3	0.07	1,250	1,625					
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365					
	Tổng				21,960			3,800	2,240	28,000
THỨ 6	Cá tầm bột chiên giòn	0.05	0.045	135,000	6,750	695	Chi phí khác	100	2,240	
	Đậu trắng sốt cà chua	0.05	0.045	39,000	1,950		Lương	3,500		
	Thịt băm sốt đậu	0.02	0.01	155,000	3,100					
	Bí ngô xào tỏi	0.05	0.03	22,950	1,148		Điện, nước	100		
	Canh cải nấu ngao	0.03	0.01	23,000	690		Lãi	100		
	ngao để nấu canh	0.001	0.0001	35,000	35					
	Bánh quy sữa Cosy	1	1	3,500	3,500					
	Cơm (Gạo)	0.125	0.135	17,500	2,188					
	Gia vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375					
	Gas	0.035	0.25	35,000	1,225					
	Tổng				21,960			3,800	2,240	28,000

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

TRƯỜNG TIỂU HỌC GIANG BIÊN

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 01/12/2022 (28.000 / suất đã bao gồm thuế VAT 8%) (05 - 09 / 12 /2022)

Thứ	Tên thực phẩm	ĐỊNH LƯỢNG TP(GAM)		QUÀ CHIỀU	Kalo
		Sống	Chín		
Thứ Hai	Thịt kho tàu	0.05g	0.045g	Bánh Bông Lan	710
	Trứng gà kho xì dầu	1	1		
	Rau muống xào	0.05g	0.03g		
	Canh chua nấu me	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
Thứ Ba	Đậu sốt cà chua	0.055g	0.05g	Sữa chua Elovi	715
	Thịt băm rang hành	0.05g	0.045g		
	Su su xào tỏi	0.05g	0.03g		
	Canh mồng tơi nấu tôm	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
	Gà kho sả gừng	0.111g	0.055g		

Thứ Tư	Lạc chiên muối tắm gia vị	0.05g	0.04g	Chuối tiêu	710
	Giá đỗ xào cà rốt	0.05g	0.03g		
	Canh bí xanh nấu xương	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
Thứ Năm	Thịt xào hành nấm	0.05g	0.045g	Bánh su kem	
	Giò lụa HN	0.025g	0.025g		
	Bắp cải xào	0.05g	0.03g		
	Canh thịt nấu chua	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		
Thứ Sáu	Cá tẩm bột chiên giòn	0.05g	0.045g	Bánh quy sữa Cosy	705
	Đậu trắng sốt thịt cà chua	0.075g	0.055g		
	Bí ngô xào tỏi	0.05g	0.03g		
	Canh cải nấu thịt	0.035g	0.01g		
	Cơm gạo dẻo	0.125g	0.15g		

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

