

TRƯỜNG TIỂU HỌC GIANG BIÊN

CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH

Địa chỉ: Tổ 5 Phường Việt Hưng, Thành Phố Hà Nội.

Điện thoại: 0975036888

Mail: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 13/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (24-28/11/2025)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt viên nấm hương hầm củ quả	Thịt kho tàu	Gà sốt chua ngọt	Cá chiên sốt cà chua	Cơm rang dưa bò
2	Thịt vai luộc mắm	Trứng gà đảo bông	Đậu nhật sốt thịt cà chua	Chả lụa truyền thống	Thịt bò băm xào dưa
3	Bí ngô xào tỏi	Khoai tây xào	Su su xào cà rốt	Bắp cải xào	Dưa góp chua ngọt
4	Canh bắp cải nấu thịt	Canh mồng tơi nấu tôm	Canh bí xanh nấu xương	Canh cải canh nấu thịt	Canh dưa chua nấu thịt
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm rang gạo dẻo
6	Bánh mì tươi Kính Đô	Sữa chua Elovi	Chuối tiêu chín	Sữa tươi Vinamilk	Bánh kem 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 Văn Kỳ

TRƯỜNG TIỂU HỌC GIANG BIÊN
CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH

Địa chỉ: Tổ 5 Phường Việt Hưng, Thành Phố Hà Nội.

Điện thoại: 0975036888

Mail: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA GIÁO VIÊN

Tuần 13/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (24-28/11/2025)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt viên nấm hương hầm củ quả	Thịt kho tàu	Gà sốt chua ngọt	Cá chiên sốt cà chua	Cơm rang dưa bò
2	Thịt vai luộc mắm	Trứng gà đảo bông	Đậu nhật sốt thịt cà chua	Chả lụa truyền thống	Thịt bò băm xào dưa
3	Bí ngô xào tỏi	Khoai tây xào	Su su xào cà rốt	Bắp cải xào	Dưa góp chua ngọt
4	Canh bắp cải nấu thịt	Canh mồng tơi nấu tôm	Canh bí xanh nấu xương	Canh cải canh nấu thịt	Canh dưa chua nấu thịt
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm rang gạo dẻo

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



Phạm Thị Lan Anh



Nguyễn Văn Kỳ

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 13/ Năm học 2025 - 2026 * (24-28/11/2025)

Đơn giá: 35.000/1 suất ăn(Có bữa phụ) (Đã bao gồm thuế VAT)

Thứ	Tên thực phẩm	Lượng(kg)	T/ phẩm(kg)	Giá tiền	Thành tiền	Kalo	Chi phí khác	Số tiền	Thuế 8 %	ĐGBQ/s uất
THỨ 2	Thịt viên nấm hương hầm củ quả		0.035	160,000	7,317	715	Chi phí khác	100	2,223	
	Củ quả hầm thịt viên	0.05	0.03	30,000	1,500		Lương	3,500		
	Thịt vai luộc mỡ	0.045	0.035	160,000	7,200		Điện, nước	500		
	Bí ngô xào tỏi	0.05	0.03	30,000	1,500		Lãi	100		
	Canh bắp cải nấu thịt	0.02	0.01	25,000	500					
	Thịt nấu canh	0.002	0.001	160,000	320					
	Bánh mì tươi Kinh Đô	1	1	4,500	4,500					
	Cơm(Gạo)	0.1	0.115	23,500	2,350					
	Điện nấu bếp+ Điều hòa	1.3	1.1	500	650					
	Giá vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375					
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365					
	Tổng				28,577			4,200	2,223	35,000
THỨ 3	Thịt kho tàu	0.0688	0.055	160,000	11,007	715	Chi phí khác	100	2,223	
	Trứng gà đảo bông	1.2	0.065	4,000	4,800		Lương	3,500		
	Khoai tây xào	0.05	0.03	30,000	1,500		Điện, nước	500		
	Canh mồng tơi nấu tôm	0.02	0.01	40,000	800		Lãi	100		
	Tôm nấu canh	0.001	0.0001	230,000	230					
	Sữa chua Elovi	1	1	4,500	4,500					
	Cơm(Gạo)	0.1	0.115	23,500	2,350					
	Điện nấu bếp+ Điều hòa	1.3	1.1	500	650					
	Giá vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375					
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365					
	Tổng				28,577			4,200	2,223	35,000
THỨ 4	Gà sốt chua ngọt	0.108	0.065	95,000	10,252	710	Chi phí khác	100	2,223	
	Đậu Nhật sốt thịt cà chua	0.065	0.045	39,000	2,535		Lương	3,500		
	Thịt sốt đậu	0.02	0.01	160,000	3,200		Điện, nước	500		
	Su su xào cà rốt	0.05	0.03	25,000	1,250		Lãi	100		
	Canh bí xanh nấu xương	0.025	0.01	30,000	750					
	Xương nấu canh	0.01	0.001	35,000	350					
	Chuối tiêu chín	1	1	4,500	4,500					

	Cơm(Gạo)	0.1	0.115	23,500	2,350				
	Điện nấu bếp+ Điều hòa	1.3	1.1	500	650				
	Gia vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375				
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365				
	Tổng				28,577		4,200	2,223	35,000
THỨ 5	Cá chiên sốt cà chua	0.06	0.045	150,000	9,000	715	Chi phí khác	200	2,593
	Cà chua	0.01	0.001	30,000	300		Lương	3500	
	Chả lụa truyền thống	0.033	0.033	155,000	5,097		Lãi	200	
	Bắp cải xào	0.05	0.03	25,000	1,250		Điện nước	500	
	Canh cải canh nấu thịt	0.02	0.01	40,000	800				
	Thịt nấu canh	0.002	0.001	160,000	320				
	Sữa tươi Vinamilk	1	1	5,500	5,500				
	Cơm(Gạo)	0.1	0.115	23,500	2,350				
	Điện nấu bếp+ Điều hòa	1.3	1.1	500	650				
	Gia vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375				
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365				
	Tổng				28,007			4,400	2,593
									35,000
THỨ 6	Thịt bò rang cơm	0.0585	0.045	250,000	14,622	710	Chi phí khác	200	2,593
	Dưa muối	0.045	0.03	30,000	1,350		Lương	3500	
	Dưa góp chua ngọt	0.035	0.02	25,000	875		Lãi	200	
	Canh dưa chua nấu thịt	0.02	0.01	30,000	600		Điện nước	500	
	Thịt nấu canh	0.002	0.001	160,000	320				
	Bánh kem tươi	1	1	4,500	4,500				
	Cơm rang (Gạo)	0.1	0.115	23,500	2,350				
	Điện nấu bếp+ Điều hòa	1.3	1.1	500	650				
	Gia vị +dầu+đường	1.1	0.07	1,250	1,375				
	Gas	0.035	0.25	39,000	1,365				
	Tổng				28,007			4400	2,593
									35,000

*** 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: Tổ 5 Phường Việt Hưng, Thành phố Hà Nội.

Điện thoại: 0975036888

Mail: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 13/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (24-28/11/2025)

Thứ	Tên thực phẩm	ĐỊNH LƯỢNG TP(KG)		QUÀ CHIỀU	Kalo
		Sống	Chín		
Thứ Hai	Thịt viên nấm hương hầm củ	0.0457+0.05	0.035+0.03	Bánh mì tươi Kính Đô	715
	Thịt vai luộc mắm	0.045	0.035		
	Bí ngô xào tỏi	0.05	0.03		
	Canh bắp cải nấu thịt	0.02	0.01		
	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
Thứ Ba	Thịt kho tàu	0.0688	0.055	Sữa chua Elovi	715
	Trứng gà đảo bông	1.2	0.065		
	Khoai tây xào	0.05	0.03		
	Canh mồng tơi nấu tôm	0.02	0.01		
	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
	Gà sốt chua ngọt	0.108	0.065		

Thứ Tư	Đậu nhắt sốt thịt cà chua	0.065+0.02	0.045+0.01	Chuối tiêu chín	715
	Su su xào cà rốt	0.05	0.03		
	Canh bí xanh nấu xương	0.02	0.01		
	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
Thứ Năm	Cá chiên sốt cà chua	0.0645	0.045	Sữa tươi Vinamilk	715
	Chả lụa truyền thống	0.035	0.035		
	Bắp cải xào	0.05	0.03		
	Canh cải canh nấu thịt	0.02	0.01		
	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
Thứ Sáu	Thịt bò băm xào dưa	0.0585	0.045	Bánh kem tươi	715
	Dưa muối	0.045	0.03		
	Dưa góp chua ngọt	0.05	0.03		
	Canh dưa chua nấu thịt	0.02	0.01		
	Cơm rang gạo dẻo	0.1	0.115		

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



Phạm Thị Lan Anh



Nguyễn Văn Kỳ