

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 14/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (01-05/12/2025)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt chiên xá xiu	Gà rang muối	Thịt kho tàu	Trứng gà đảo bông xúc xích	Thịt sốt chua ngọt
2	Đậu nhật sốt thịt cà chua	Chả lụa truyền thống	Trứng cút xào me	Thịt viên nấm hương hầm củ quả	Đậu tằm hành
3	Bắp cải xào	Khoai tây xào	Su su xào cà rốt	Bầu non xào tỏi	Bí ngô xào tỏi
4	Canh mồng tơi nấu tôm	Canh bí xanh nấu xương	Canh bắp cải nấu thịt	Canh cải canh nấu thịt	Canh khoai tây nấu thịt
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ
6	Bánh bơ ruốc	Sữa chua Elovi	Chuối tiêu chín	Sữa tươi Zinkits	Bánh kem tươi

*** 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 14/ Năm học 2025 - 2026 * (01-05/12/2025)

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 chiên xá xiu	0.0645	0.045	160,000	10,322	715	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		
	Bắp cải xào	0.05	0.03	25,000	1,250		Lãi	100		
	Canh mồng tơi nấu tôm	0.02	0.01	40,000	800					
	Tôm nấu canh	0.001	0.0001	230,000	230					
	Bánh bơ ruốc	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 3	Gà rang muối	0.1152	0.075	95,000	10,937	715	Chi phí khác	100	2,223	
	Chả lụa truyền thống	0.03	0.03	160,000	4,800		Lương	3,500		
	Khoai tây xào	0.05	0.03	30,000	1,500		Điện, nước	500		
	Canh bí xanh nấu xương	0.025	0.01	30,000	750		Lãi	100		
	Xương nấu canh	0.01	0.001	35,000	350					
	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					
	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 4	Thịt kho tàu	0.069	0.055	160,000	11,040	710	Chi phí khác	100	2,223	
	Trứng cút xào me	5	5	1,000	5,000		Lương	3,500		
	Su su xào cà rốt	0.05	0.03	27,000	1,352		Điện, nước	500		
	Canh bắp cải nấu thịt	0.025	0.01	25,000	625		Lãi	100		
	Thịt nấu canh	0.002	0.001	160,000	320					
	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	Trứng gà đảo bông xúc xích	1.5	0.085	4,000	6,000	715	Chi phí khác	200	2,593	
	Xúc xích đảo trứng	0.3	0.3	8,000	2,400		Lương	3500		
	Thịt viên nấm hương hầm củ quả	0.03	0.02	160,000	4,800		Lãi	200		
	Củ quả hầm	0.037	0.02	30,000	1,107		Điện nước	500		
	Bầu non xào tỏi	0.05	0.03	30,000	1,500					
	Canh cải canh nấu thịt	0.02	0.01	40,000	800					
	Thịt nấu canh	0.001	0.0001	160,000	160					
	Sữa tươi Zinkids	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 sốt chua ngọt	0.0807	0.06	160,000	12,912	710	Chi phí khác	200	2,593	
	Đậu tằm hành	0.065	0.045	39,000	2,535		Lương	3500		
	Bí ngô xào tỏi	0.05	0.03	25,000	1,250		Lãi	200		
	Canh khoai tây nấu thịt	0.025	0.01	30,000	750		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 14/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (01-05/12/2025)

Thứ	Tên thực phẩm	ĐỊNH LƯỢNG TP(KG)		QUÀ CHIỀU	Kalo
		Sống	Chín		
Thứ Hai	Thịt chiên xá xiu	0.0645	0.045	Bánh bơ ruốc	715
	Đậu nhật sốt thịt cà chua	0.065+0.02	0.045+0.01		
	Bắp cải xào	0.05	0.03		
	Canh mồng tơi nấu tôm	0.02	0.01		
	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
Thứ Ba	Gà rang muối	0.1152	0.075	Sữa chua Elovi	715
	Chả lụa truyền thống	0.03	0.03		
	Khoai tây xào	0.05	0.03		
	Canh bí xanh nấu xương	0.025	0.01		
	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
	Thịt kho tàu	0.069	0.055		

Thứ Tư	Trứng cút xào me	5	5	Chuối tiêu chín	715
	Su su xào cà rốt	0.05	0.03		
	Canh bắp cải nấu thịt	0.025	0.01		
	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
Thứ Năm	Trứng gà đảo bông xúc xích	1.5+0.3	0.09	Sữa tươi Zinkids	715
	Thịt viên nấm hương hầm củ quả	0.03+0.037	0.02+0.02		
	Bầu non xào tỏi	0.05	0.03		
	Canh cải canh nấu thịt	0.02	0.01		
	Cơm gạo tẻ	0.1	0.115		
Thứ Sáu	Thịt sốt chua ngọt	0.0807	0.06	Bánh kem tươi	715
	Đậu tằm hành	0.065	0.045		
	Bí ngô xào tỏi	0.05	0.03		
	Canh khoai tây nấu thịt	0.025	0.01		
	Cơm gạo tẻ	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 !


Giám đốc
Phạm Thị Lan Anh


Hiệu trưởng
Nguyễn Văn Kỳ