



**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 34 – Năm học 2023 – 2024
(Từ ngày 06/05/2024 đến 10/05/2024)**

TT	Thứ 2 (06/05)	Thứ 3 (07/05) <i>Bữa ăn học đường</i>	Thứ 4 (08/05)	Thứ 5 (09/05)	Thứ 6 (10/05)
1	Cá rô file chiên xù	Thịt viên sốt cà chua	Thịt gà rang gừng	Chả cốm chiên + sốt	Cơm rang thập cẩm
2	Trứng kho mắm	Chuối tiêu	Thịt lợn xào thập cẩm	Đậu tằm hành	Khoai tây chiên
3	Giá đỗ, cà rốt xào	Bắp cải cà rốt xào	Rau muống xào	Su su, cà rốt xào	
4	Canh mùng tơi nấu tôm	Canh bí đỏ nấu thịt	Canh chua dầm me	Canh cải xanh nấu thịt	Canh rau ngót nấu thịt
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	
6	Bánh Kinh Đô	Sữa chua Vinamilk	Bánh bông lan Hải Châu	Sữa hộp Hà Nội	Kem Caramen Hoa Sữa

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG



P. HIỆU TRƯỞNG
Nguyễn Ngọc Hà

ĐẠI DIỆN CÔNG TY HOA SỮA



PHÓ GIÁM ĐỐC
Vũ Thanh Bình

ĐỊNH LƯỢNG KCAL SUẤT ẨM BÁN TRÚ TRƯỜNG TH LONG BIÊN NĂM HỌC 2023 - 2024

Suất ăn 30.000đ trên một suất ăn đã bao gồm VAT và quà chiều

Thực đơn tuần 34 (từ ngày 06/05 đến 10/05 năm 2024)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	ĐG/Kg	Thành tiền	TP chín/hs	Kcal	Chi phí phụ		Tổng tiền /suất
									Chi phí phụ	Số tiền	
Thứ 2 (06/05)	Cá rô file chiên xù	Cá rô file	gram	52	180,000	9,360	40-42	110.0	Chất đốt	1,400	
	Trứng kho mắm	Trứng gà	quả	1	3,800	3,800	1 quả	75.0	Nhân công	3,800	
	Giá đỗ, cà rốt xào	Giá đỗ, cà rốt	gram	55	25,000	1,375	40-45	15.0	Khẩu khao	100	
	Canh mùng toi nấu tôm	Mùng toi	gram	25	25,000	625	210-220	12.0			
		Tôm nõn khô	gram	0.5	600,000	300					
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	20,000	2,400	210-240	412.0			
	Bánh Kinh Đô	Bánh Kinh Đô	bánh	1	4,000	4,000		70.0			
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					4,000					
	Cộng thứ 2					25,860		694.0		5,300	31,160
Thứ 3 (07/05)	Thịt viên sốt cà chua	Thịt lợn	gram	35	160,000	5,600	50-52	125.0	Chất đốt	1,400	
		Giò sống	gram	25	150,000	3,750			Nhân công	3,800	
		Mỡ khở	gram	15	80,000	1,200			Lãi dự kiến	500	
		Cà chua	gram	8	30,000	240			NRB	100	
	Chuối tiêu	Chuối tiêu	quả	1	2,500	2,500		88.0	Khẩu khao	100	
	Bắp cải cà rốt xào	Bắp cải, cà rốt	gram	70	25,000	1,750	42-45	14.0			
	Canh bí đỏ nấu thịt	Bí đỏ	gram	25	25,000	625	200-220	15.0			
		Thịt lợn	gram	2	160,000	320					
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	20,000	2,400	210-240	412.0			
	Sữa chua Vinamilk	Sữa chua Vinamilk	hộp	1	5,000	5,000		110.0			
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					4,000					
	Cộng thứ 3					24,888		764.0		5,900	30,788

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	ĐG/Kg	Thành tiền	TP chín/hs	Kcal	Chi phí phụ		Tổng tiền /suất
									Chi phí phụ	Số tiền	
Thứ 4 (08/05)	Thịt gà rang gừng	Thịt gà	gram	75	95,000	7,125	50-55	140.0	Chất đốt	1,400	
	Thịt lợn xào thập cẩm	Thịt lợn	gram	20	160,000	3,200	30-35	95.0	Nhân công	3,800	
		Ngô ngọt	gram	15	80,000	1,200			Lãi dự kiến	500	
		Đỗ cove, cà rốt	gram	25	30,000	750			NRB	100	
									Khẩu khao	100	
	Rau muống xào	Rau muống	gram	70	25,000	1,750	45-50	16.0			
	Canh chua dầm me	Me	gram	3	50,000	150	200-220	10.0			
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	20,000	2,400	210-240	412.0			
	Bánh bông lan Hải Châu	Bánh bông lan Hải Châu	bánh	1	4,000	4,000		70.0			
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					4,000					
	Cộng thứ 4					24,575		743.0		5,900	30,475
Thứ 5 (09/05)	Chả cốm chiên+ sốt	Chả cốm	gram	50	180,000	9,000	33-35	125.0	Chất đốt	1,400	
	Đậu tằm hành	Đậu phụ	gram	70	25,000	1,750	55-60	65.0	Nhân công	3,800	
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	25,000	1,750	45-50	15.0	Lãi dự kiến	500	
	Canh cải xanh nấu thịt	Cải xanh	gram	25	25,000	625	200-220	13.0	NRB	100	
		Thịt lợn	gram	2	160,000	320			Khẩu khao	100	
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	20,000	2,400	210-240	412.0			
	Sữa hộp Hà Nội	Sữa hộp Hà Nội	hộp	1	5,000	5,000		80.0			
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					4,000					
	Cộng thứ 5					24,845		710.0		5,900	30,745
Thứ 6 (10/05)	Cơm rang thập cẩm	Gạo tẻ	gram	140	20,000	2,800	200-220	542.0	Chất đốt	1,400	
		Thịt lợn	gram	15	160,000	2,400			Nhân công	3,800	
		Chả nạc	gram	15	140,000	2,100			Lãi dự kiến	500	
		Ngô ngọt	gram	15	80,000	1,200			NRB	100	
		Đỗ cove, cà rốt	gram	25	30,000	750			Khẩu khao	100	
		Trứng gà	gram	10	60,000	600					
	Khoai tây chiên	Khoai tây	gram	90	30,000	2,700	27-30	93.0			
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót lá	gram	8	40,000	320	200-220	13.0			
		Thịt lợn	gram	2	160,000	320					
	Kem Caramen Hoa Sữa	Kem Caramen Hoa Sữa	bánh	1	5,000	5,000		110.0			
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					5,000					
	Cộng thứ 6					23,190		758.0		5,900	29,090

