



CÔNG TY TNHH THƯƠNG MẠI VÀ CHẾ BIẾN
SUẤT ĂN HOA SỮA

THỰC ĐƠN HÈ: HỌC SINH – Q. LONG BIÊN
BỮA CHÍNH VÀ BỮA PHỤ TRƯỞNG TIỂU HỌC LONG BIÊN

Năm học 2023 – 2024

(Từ ngày 08/07/2024 đến 12/07/2024)

TT	Thứ 2 (08/07)	Thứ 3 (09/07)	Thứ 4 (10/07)	Thứ 5 (11/07)	Thứ 6 (12/07)
1	Chả cốm chiên + sốt	Thịt gà rang gừng	Thịt viên sốt cà chua	Cá rô file chiên xù	Cơm rang Dương Châu
2	Đậu tằm hành	Trứng cút kho tàu	Dưa hấu	Giò nạc rim tiêu	Xúc xích chiên
3	Giá đỗ, cà rốt xào	Rau muống xào	Bắp cải cà rốt xào	Su su, cà rốt xào	
4	Canh cải nấu thịt	Canh chua dầm me	Canh bí đỏ nấu thịt	Canh canh mùng tơi nấu tôm	Canh rau ngót nấu thịt
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	
6	Bánh mì tươi Hải Châu	Chuối tiêu	Sữa hộp trái cây	Bánh Cosy Kinh Đô	Sữa chua

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG



Đặng Thị Mai Hương

ĐẠI DIỆN CÔNG TY HOA SỮA



PHÓ GIÁM ĐỐC
Vũ Thanh Bình

CÔNG TY TNHH THƯƠNG MẠI VÀ CHẾ BIẾN SUẤT ĂN HOA SỮA

ĐÌNH LƯƠNG KCAL SUẤT ĂN BÁN TRÚ TRƯỜNG TH LONG BIÊN NĂM HỌC 2024 - 2025

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

Thực đơn hè (từ ngày 08/07 đến 12/07 năm 2024)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (08/07)	Chả cốm chiên sốt	Chả cốm	gram	52	40-42	135.0
	Đậu tâm hành	Đậu phụ	gram	65	60-65	70.0
	Giá đỗ, cà rốt xào	Giá đỗ, cà rốt	gram	55	38-40	7.0
	Canh cải nấu thịt	Cải xanh	gram	25	210-220	8.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	450.0
	Bánh mì tươi Hải Châu	Bánh mì tươi Hải Châu	bánh	1		80.0
	Cộng thứ 2					750.0
Thứ 3 (09/07)	Thịt gà rang gừng	Thịt gà	gram	75	40-45	170.0
	Trứng cút kho tàu	Trứng cút	quả	3	26-30	75.0
	Rau muống xào	Rau muống	gram	70	45-50	25.0
	Canh chua dầm me	Me	gram	5	210-220	6.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	450.0
	Chuối tiêu	Chuối tiêu	quả	1		80.0
	Cộng thứ 3					806.0
Thứ 4 (10/07)	Thịt viên sốt cà chua	Thịt lợn	gram	40	40-45	180.0
		Mọc	gram	35		
		Mỡ khô	gram	5		
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	75	50-60	21.0
	Bắp cải cà rốt xào	Bắp cải, cà rốt	gram	70	45-50	12.0
	Canh bí đỏ nấu thịt	Bí đỏ	gram	30	200-220	6.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	450.0
	Sữa hộp trái cây	Sữa hộp trái cây	hộp	1		50.0
	Cộng thứ 4					719.0
Thứ 5 (11/07)	Cá rô file chiên	Cá rô file	gram	52	40-42	70.00
	Giò nạc rim tiêu	Giò nạc	gram	30	25-30	40.0
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	45-50	15.0
	Canh mùng tơi nấu tôm	Mùng tơi	gram	25	200-220	6.0
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	450.0
	Bánh Cosy Kinh Đô	Bánh Cosy Kinh Đô	bánh	1		50.0
	Cộng thứ 5					631.0
Thứ 6 (12/07)	Cơm rang thập cẩm	Gạo tẻ	gram	140	250-260	650.0
		Thịt lợn	gram	15		
		Chả nạc	gram	10		
		Ngô ngọt	gram	10		
		Đỗ cove, cà rốt	gram	15		
		Trứng gà	gram	15		
	Xúc xích chiên	Xúc xích	cái	1		230.0
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót lá	gram	8	200-220	5.0
	Sữa chua	Sữa chua	hộp	1		44.0
	Cộng thứ 6					929.0