

THỰC ĐƠN HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ LÝ THƯỜNG KIỆT THÁNG 2/2025

Đơn giá 35,000 VNĐ bao gồm 01 bữa ăn trưa và thuế GTGT

(Thực đơn được xây dựng theo "Thực đơn cân bằng dinh dưỡng" được thực hiện bởi Bộ Giáo dục Đào tạo và Viện Dinh dưỡng Quốc gia)

Tuần	Thứ	Món chính	Món mặn 1	Món mặn 2	Món xào	Món xào	Năng lượng(1) (kcal)	Đáp ứng nhu cầu hàng ngày	Tỷ lệ (%)				Tổng số nguyên liệu(3) (loại)	Tổng lượng rau củ quả(4) (g)	Hàm lượng muối(5) (g)
									P(2)	Protein động vật	L(2)	G(2)			
Tiêu chuẩn							532.5-710	30-40	13.0-20.0	≥ 48.0	20.0-30.0	50.0-65.0	≥ 10	86-140	≤ 2

Tuần 1	Thứ hai 3.2	Com	Bò xào thập cẩm	Đậu tằm hành	Bắp cải cà rốt xào	Canh chua nấu thịt	1,187.4	43.18	17.4	49.1	23.2	59.4	13	104	1.7
	Thứ ba 4.2	Com	Thịt kho tàu	Trứng cút kho	Cải ngọt xào tỏi	Canh bí xanh hầm xương	1,197.0	43.53	17.3	48.5	29.5	53.2	11	124	1.8
	Thứ tư 5.2	Com	Gà popcorn sốt chua ngọt	Thịt băm xào khoai tây	Giá đỗ cà rốt xào	Canh cải nấu thịt	1,235.0	44.91	18.4	51.7	24.6	57	12	104	1.7
	Thứ năm 6.2	Com	Thịt luộc	Lạc chiên	Cải thảo cà rốt xào	Canh su hào hầm xương	1,176.5	45.18	15.4	48.1	26.2	57.4	13	104	1.9
	Thứ sáu 7.2	Com	Thịt thái mỏng rim hành	Chả lợn rim	Bí xanh xào gừng	Canh cải thảo nấu thịt	1,247.0	48.35	17.9	53	28.8	53.3	10	94	1.8

Tuần 2	Thứ hai 10.2		Com gà Hội An		Salat dưa chuột	Canh chua nấu thịt	1,196.0	43.49	18.6	48.1	27.1	54.2	10	129	1.7
	Thứ ba 11.2	Com	Cá basa chiên xóc mắm tỏi	Thịt gà xào ngô	Bắp cải cà rốt xào	Canh bí xanh hầm xương	1,327.0	48.18	19.4	57.7	24.6	56	12	108	1.9
	Thứ tư 12.2	Com	Bò lagu	Trứng tráng hành	Giá đỗ cà rốt xào	Canh cải nấu thịt	1,195.0	43.6	18.3	48.5	29.5	53.2	11	124	1.8
	Thứ năm 13.2	Com	Thịt kho nước dừa	Đậu tằm hành	Khoai tây xào	Canh cà chua nấu đậu	1,254.0	45.6	17.5	19.5	29.7	52.8	11	138	1.8
	Thứ sáu 14.2	Com	Gà popcorn	Thịt băm xào khoai tây	Cải ngọt xào tỏi	Canh su hào hầm xương	1,197.2	46.53	18.3	48.5	28.5	53.2	14	129	1.9

Tuần 3	Thứ hai 17.2	Com	Bò sốt vang	Lạc chiên	Cải thảo cà rốt xào	Canh bắp cải nấu cà chua	1,187.4	46.18	16.4	48.1	23.2	59.4	16	104	1.7
	Thứ ba 18.2	Com	Thịt sốt xì dầu	Đậu tằm hành	Bắp cải cà rốt xào	Canh bí xanh hầm xương	1,197.0	45.6	17.3	48.5	29.5	53.2	14	124	1.9
	Thứ tư 19.2	Com	Gà má đùi rán xá xíu	Trứng tráng hành	Cải ngọt xào tỏi	Canh cải nấu thịt	1,247.0	45.35	17.9	53	28.8	53.3	10	94	1.7
	Thứ năm 20.2	Com	Sườn chua ngọt	Giò lợn rim	Su su cà rốt xào	Canh cải thảo nấu thịt	1,269.0	48.15	17.7	49.6	26.4	55.9	10	101	1.8
	Thứ sáu 21.2	Com	Thịt áp chảo	Đậu sốt cà chua	Bí đỏ xào tỏi	Canh chua nấu thịt	1,235.0	44.91	16.9	48.2	28.3	54.8	11	104	1.8



Tuần	Thứ	Món chính	Món mặn 1	Món mặn 2	Món xào	Món xào	Năng lượng(1) (kcal)	Đáp ứng nhu cầu hằng ngày	Tỷ lệ (%)				Tổng số nguyên liệu(3) (loại)	Tổng lượng rau củ quả(4) (g)	Hàm lượng muối(5) (g)
									P(2)	Protein động vật(2)	L(2)	G(2)			
Tiêu chuẩn							532.5-710	30-40	13.0-20.0	≥ 48.0	20.0-30.0	50.0-65.0	≥ 10	86-140	≤ 2
Tuần 4	Thứ hai 24.2	Com	Bò xào thập cẩm	Lạc chiên	Bắp cải cà rốt xào	Canh su hào hầm xương	1,269.0	46.15	18.7	49.6	26.4	55.9	10	101	1.5
	Thứ ba 25.2	Com	Thịt kho củ cải	Chả lợn rim	Cải thảo cà rốt xào	Canh dưa hầm xương	1,257.0	45.71	19.8	48.6	24	56.1	11	129	1.8
	Thứ tư 26.2	Com	Gà KFC	Nước ngọt tepi	Khoai tây sợi chiên	Canh chua nấu thịt	1,247.0	47.35	17.9	53	28.8	53.3	10	94	1.8
	Thứ năm 27.2	Com	Thịt chiên riêng	Đậu sốt cà chua	Cải ngọt xào tỏi	Canh bí đỏ hầm xương	1,268.0	48.15	19.7	49.6	27.4	58.9	11	102	1.9
	Thứ sáu 28.2	Com	Trứng đúc thịt	Thịt gà xào ngô	Su su cà rốt xào	Canh cải nấu thịt	1,238.0	43.91	15.9	48.2	25.3	52.8	14	105	1.9

Ghi chú: (1) Phần trăm năng lượng được tính trên tổng năng lượng của một ngày.

(2) Phần trăm Protein, Lipid, Glucid được tính trên tổng năng lượng của một bữa.

(3) Tổng số loại nguyên liệu sử dụng trong thực đơn, không bao gồm gia vị.

(4) Tổng lượng rau củ quả trong thực đơn, chưa bao gồm trái cây tráng miệng.

(5) Tổng lượng muối từ các gia vị chứa muối sử dụng trong thực đơn.

CÔNG TY CỔ PHẦN 5SPRO



PHÓ GIÁM ĐỐC CHI NHÁNH HÀ NỘI
Nguyễn Thị Thanh Hòa

TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ LÝ THƯỜNG KIỆT

BGH Ký duyệt

CR
K

CÔNG KHAI NGUỒN GỐC THỰC PHẨM THÁNG 02 - 2025

Đơn vị: **TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ LÝ THƯỜNG KIỆT**

Địa chỉ: **Số 27 Đại Cồ Việt, phường Cầu Dền, Hai Bà Trưng, Hà Nội**

STT	DIỄN GIẢI	ĐƠN VỊ CUNG CẤP	ĐỊA CHỈ	THÔNG TIN VỀ ĐƠN VỊ CUNG CẤP		
				Số giấy CN ĐKKD	Điện thoại	Mã số thuế
1	Suất ăn học sinh	Công ty Cổ phần 5SPRO		0104 104405	024 3872 8688	0104104405

DANH SÁCH CÁC NHÀ CUNG ỨNG THỰC PHẨM CỦA CÔNG TY CỔ PHẦN 5SPRO

STT	THỰC PHẨM		NƠI CUNG CẤP		THÔNG TIN VỀ ĐƠN VỊ CUNG CẤP		THỜI HẠN HỢP ĐỒNG	
	Nhóm	Thực phẩm	Họ và tên	Địa chỉ	Số giấy CN ĐKKD	Điện thoại	Ngày ký	Ngày hết hạn
1	SẢN PHẨM GIA SÚC, THỦY SẢN	Thịt bò, thịt lợn, cá tôm...	Công ty cổ phần Beefood	Số 8 Nguyễn Văn Ngọc, Phường Công Vị, Q. Ba Đình, TP Hà Nội	0109826919	0818 081 988	20/07/2023	20/07/2025
		Thịt bò, thịt lợn, giò chả...	Công ty TNHH Thực phẩm Chiến Sĩ	CS1; Xã Bình Minh, Huyện Khoái Châu, Tỉnh Hưng Yên CS2: Số Nhà 8, Tổ 59 Lương Khu CN Thạch Thất- Quốc Oai-Phùng xá- Thạch Thất- Quốc Oai- HN	0901037573	0967 862 633	01/06/2024	31/05/2026
		Xúc xích	Công Ty TNHH Thực Phẩm Cuộc Sống		0600333321	024.35658403	01/01/2023	01/01/2025
2	SẢN PHẨM GIA CẦM	Thịt gà	Công ty TNHH HALO FOODS Việt Nam	Đỗ Xá, Yên Thường, Gia Lâm, Hà Nội	0108 458 444	0984 449 082	01/06/2024	31/5/2026
		Trứng	Công ty TNHH SXĐT Phát triển Nông Nghiệp THASCOM	Lô 3, C6 Khu đô thị mới Định Công, Phường Định Công, Q. Hoàng Mai, TP Hà Nội, VN	0107338345	0919368998	01/06/2024	31/5/2026
			Công ty TNHH Trứng sạch Hoàng Anh	630 Ngô Gia Tự, P. Đức Giang, Long Biên, Hà Nội	0107338345	0919368998	01/12/2023	31/5/2025

3	SẢN PHẨM NÔNG SẢN	Rau - Củ - Quả	Công ty rau sạch Thăng Long	Số 14 Phố Nguyễn Văn Ngọc, P. Cổng Vị, Q. Ba Đình, TP. Hà Nội CSKD: Đồi 4 Thôn Sơn Trung, X.	01V8009941	0974 507 799	01/08/2023	31/05/2025
			HTX SX Tiêu thụ chế biến SPNNAT Xã Vân Nội	Thôn Đàm, Vân Nội, Đông Anh, Hà Nội	010907000059	0967 862 633	01/06/2023	31/05/2025
		Gạo	Công Ty TNHH Gạo Quyên Thủy	Lô 8-9 khu Làng Nghề, Thị trấn Yên Mỹ, Huyện Yên Mỹ. T.Hung Yên	0901140210	0915 347 293	01/06/2023	31/05/2025
		Đậu phụ	Cơ sở Đậu Nhật Long Biên	Số 2 ngách 987/68 Ngô Gia Tự, Thượng Thanh, Long Biên, Hà Nội	01N8014387	0356 881 688	01/06/2024	31/5/2026
4	SẢN PHẨM GIA VỊ	Dầu ăn	Công ty TNHH Dầu ăn Nguyên Phát	Số 19 , Ngõ 583 Kim Ngưu, Hai Bà Trưng , Hà Nội	0101389216	024 3862 1342	01/05/2024	01/05/2025
		Gia vị	Công ty cổ phần Goodchoice Việt Nam	Số 63 Vạn Phúc, P. Vạn Phúc, Q. Hà Đông, TP Hà Nội	0108978443	0909 702 111	01/05/2023	01/05/2025
	SẢN PHẨM BÁNH, NƯỚC NGỌT	CÁC LOẠI NƯỚC NGỌT	CN Công Ty TNHH MM MEGA MARKET(VIỆT NAM)	Số 126 , đường Tam Trinh, P. Yên Sở, Q, Hoàng Mai, TP. Hà Nội	03022449586- 001	024 3645 3232	1/4/2022	1/4/2025

