



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 27 – Năm học 2024 – 2025
(Từ ngày 24/03/2025 đến 28/03/2025)

TT	Thứ 2 (24/03)	Thứ 3 (25/03)	Thứ 4 (26/03) <i>Bữa ăn học đường</i>	Thứ 5 (27/03)	Thứ 6 (28/03)
1	Thịt lợn kho cá viên	Thịt gà file rang sả	Thịt lợn xay rang hành	Chả cá rim mắm	Đùi gà chiên KFC
2	Trứng đảo bông	Thịt lợn xào ngũ sắc	Dưa hấu	Đậu, thịt sốt cà chua	Sốt tương cà
3	Cải bắp xào hành	Cải thảo, cà rốt xào	Cải ngọt, cà rốt xào	Su su, cà rốt xào	Khoai tây chiên
4	Canh củ quả hầm xương	Canh bí đỏ nấu nấu thịt	Canh cải xanh nấu thịt	Canh bí xanh nấu tôm nõn	Canh thịt nấu chua thả giá
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
6	Sữa chua Vinamilk	Caramen Hoa Sữa	Sữa hộp Hà Nội milk	Bánh gạo Tràng An	Chuối Tuấn Việt

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỜNG


P. HIỆU TRƯỞNG
Nguyễn Ngọc Hà

ĐẠI DIỆN CÔNG TY HOA SỮA


PHÓ GIÁM ĐỐC
Nguyễn Thị Vân

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

ĐỊNH LƯỢNG KCAL SUẤT ĂN BÁN TRÚ TRƯỜNG TH LONG BIÊN NĂM HỌC 2024 - 2025

Suất ăn 32.000đ trên một suất ăn đã bao gồm VAT và quà chiều

Thực đơn tuần 27 (từ ngày 24/03/2025 đến 28/03/2025)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (24/03)	Thịt lợn kho cá viên	Thịt lợn	gram	40	50-55	133.0
		Cá viên	gram	35		
	Trứng đào bông	Trứng gà	quả	1	45-50	75.0
	Cải bắp xào hành	Cải bắp	gram	70	45-50	13.0
	Canh củ quả hầm xương	Xương lợn	gram	8	220-240	15.0
		Khoai tây, cà rốt	gram	30		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Sữa chua Vinamilk	Sữa chua Vinamilk	hộp	1		110.0
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					
	Cộng thứ 2					758.0
Thứ 3 (25/03)	Thịt gà file rang sả	Thịt gà file	gram	80	60-65	143.0
	Thịt lợn xào ngũ sắc	Thịt lợn	gram	15	35-40	96.0
		Ngô ngọt	gram	10		
		Cà rốt	gram	5		
		Đỗ cove, cà rốt	gram	20		
			gram			
	Cải thảo, cà rốt xào	Cải thảo, cà rốt	gram	70	50-52	16.0
	Canh bí đỏ nấu thịt	Bí đỏ	gram	30	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Caramen Hoa Sữa	Caramen Hoa Sữa	bánh	1		110.0
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					
	Cộng thứ 3					792.0
Thứ 4 (26/03)	Thịt lợn xay rang hành	Thịt lợn	gram	75	50-55	190.0
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	80	70-72	22.0
	Cải ngọt, cà rốt xào	Cải ngọt, cà rốt	gram	75	50-52	16.0
	Canh cải xanh nấu thịt	Cải xanh	gram	25	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Sữa hộp Hà Nội milk	Sữa hộp Hà Nội milk	hộp	1		80.0
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					
	Cộng thứ 4					735.0

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 5 (27/03)	Chả cá rim mắm	Chả cá	gram	60	50-55	110.0
	Đậu, thịt sốt cà chua	Đậu phụ	gram	70	60-65	90.0
		Cà chua	gram	10		
		Thịt lợn	gram	5		
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	22-25	15.0
	Canh bí xanh nấu tôm nõn	Bí xanh	gram	30	220-240	13.0
		Tôm nõn khô	gram	0.5		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Bánh gạo Trảng An	Bánh gạo Trảng An	bánh	2		80.0
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					
	Cộng thứ 5					720.0
Thứ 6 (28/03)	Đùi gà chiên KFC	Đùi gà	gram	140	120-130	350.0
	Sốt tương cà	Sốt tương cà	gram	20		
	Khoai tây chiên	Khoai tây	gram	80	30-32	30.0
	Canh thịt nấu chua thả giá	Thịt lợn	gram	2	220-240	13.00
		Cà chua	gram	8		
		Me	gram	5		
		Giá đỗ	gam	10		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Chuối Tuần Việt	Chuối Tuần Việt	quả	1	90-100	70.0
	Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)					
	Cộng thứ 6					875.0

