



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 24 – Năm học 2024 – 2025
(Từ ngày 03/03/2025 đến 07/03/2025)

TT	Thứ 2 (03/03)	Thứ 3 (04/03)	Thứ 4 (05/03) <i>Bữa ăn học đường</i>	Thứ 5 (06/03)	Thứ 6 (07/03)
1	Thịt gà file om nấm	Cá rô file chiên xù	Thịt lợn kho tàu	Thịt bò hầm củ quả	Cơm rang thập cẩm
2	Trứng kho tiêu	Đậu sốt cà chua	Dưa hấu	Lạc tằm gia vị	
3	Khoai tây, cà rốt xào	Cải bắp, cà rốt xào	Cải ngọt, cà rốt xào	Cải thảo, cà rốt xào	Xúc xích chiên
4	Canh cải cúc thịt băm	Canh bí xanh nấu tôm	Canh bí đỏ nấu thịt	Canh cải xanh nấu thịt	Canh thịt nấu chua thả giá
5	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	
6	Bánh bơ sữa	Bánh gato Hoa Sữa	Sữa hộp Hà Nội milk	Bánh Cosy Kinh Đô	Sữa chua Vinamilk

ĐẠI DIỆN NHÀ TRƯỞNG

TRƯỜNG
TIỂU HỌC
LONG BIÊN

P. HIỆU TRƯỞNG
Nguyễn Ngọc Hà

ĐẠI DIỆN CÔNG TY HOA SỮA

M.S.D.N. 09602210
CÔNG TY
THƯƠNG MẠI VÀ CHẾ BIẾN
SUẤT ĂN
HOA SỮA
Q. HÀ ĐÔNG - T.P HÀ NỘI

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 24 (từ ngày 03/03/2025 đến 07/03/2025)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 2 (03/03)	Thịt gà file om nấm	Thịt gà file	gram	80	50-60	143.0
	Trứng kho tiêu	Trứng gà bóc	quả	1	45-50	75.0
	Khoai tây, cà rốt xào	Khoai tây, cà rốt	gram	65	40-45	20.0
	Canh cải cúc thịt băm	Cải cúc	gram	25	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Bánh bơ sữa	Bánh bơ sữa	bánh	1		90.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 2						755.0
Thứ 3 (04/03)	Cá rô file chiên xù	Cá rô file	gram	55	45-50	110.0
	Đậu sốt cà chua	Đậu phụ	gram	70	55-60	60.0
		Cà chua	gram	10		
	Cải bắp, cà rốt xào	Cải bắp, cà rốt	gram	70	50-52	16.0
	Canh bí xanh nấu tôm	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 gato Hoa Sữa	Bánh gato Hoa Sữa	bánh	1		110.0	
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 3						721.0
Thứ 4 (05/03)	Thịt lợn kho tàu	Thịt lợn	gram	73	50-55	133.0
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	80	70-72	70.0
	Cải ngọt, cà rốt xào	Cải ngọt, 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
	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						726.0

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống	TP chín/hs	Kcal
Thứ 5 (06/03)	Thịt bò hầm củ quả	Thịt bò	gram	42	50-55	137.0
		Khoai tây, cà rốt	gram	40		
	Lạc tằm gia vị	Lạc trắng	gram	30	28-30	110.0
	Cải thảo, cà rốt xào	Cải thảo, cà rốt	gram	70	50-52	16.0
	Canh cải xanh nấu thịt	Cải xanh	gram	30	220-240	15.0
		Thịt lợn	gram	2		
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	210-240	412.0
	Bánh Cosy Kinh Đô	Bánh Cosy Kinh Đô	bánh	1		70.0
Gia giảm (gia vị: dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						
Cộng thứ 5						760.0
Thứ 6 (07/03)	Cơm rang thập cẩm	Gạo tẻ	gram	140	250-300	700.0
		Thịt lợn	gram	13		
		Chả nạc	gram	15		
		Ngô ngọt	gram	15		
		Đỗ cove, cà rốt	gram	30		
		Trứng gà	gram	10		
	Xúc xích chiên	Xúc xích	cái	1		80.0
	Canh thịt nấu chua thả giá	Thịt lợn	gram	2	220-240	13.00
		Cà chua	gram	8		
		Me	gram	5		
Sữa chua Vinamilk	Sữa chua Vinamilk	gam	10			
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 6						903.0