

TRƯỜNG TIỂU HỌC GIANG BIÊN

CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH

Địa chỉ: Tổ 5 Phường Việt Hưng, Thành Phố Hà Nội.

Điện thoại: 0975036888

Mail: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 18/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (29/12/2025 - 31/12/2025)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Cá rô phi chiên sốt cà chua	Thịt nạc vai kho tàu	Cơm rang thập cẩm	Nghỉ Tết	Nghỉ Tết
2	Thịt xào ngũ sắc	Trứng gà đảo bông	Dưa góp chua ngọt		
3	Su su cà rốt xào	Khoai tây xào	Tỏi gà tẩm bột chiên xù		
4	Canh bắp cải nấu thịt cà chua	Canh cải canh nấu thịt	Canh củ quả nấu xương		
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ			
6	Sữa chua hũ Zikids	Caramen	Sữa chua Elovi		

* Ghi chú : Thực đơn có thể thay đổi theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm hàm lượng dinh dưỡng !



Phạm Thị Lan Anh



Nguyễn Văn Kỳ

TRƯỜNG TIỂU HỌC GIANG BIÊN
CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH
Địa chỉ: Tổ 5 Phường Việt Hưng, Thành Phố Hà Nội.
Điện thoại: 0975036888

Mail: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA GIÁO VIÊN

Tuần 18/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (29/12/2025 - 31/12/2025)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Cá rô phi chiên sốt cà chua	Thịt nạc vai kho tàu	Cơm rang thập cẩm	Nghỉ Tết	Nghỉ Tết
2	Thịt xào ngũ sắc	Trứng gà đảo bông	Dưa góp chua ngọt		
3	Su su cà rốt xào	Khoai tây xào	Tỏi gà tẩm bột chiên xù		
4	Canh bắp cải nấu thịt cà chua	Canh cải canh nấu thịt	Canh củ quả nấu xương		
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ			

* Ghi chú : Thực đơn có thể thay đổi theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm hàm lượng dinh dưỡng !



Phạm Thị Lan Anh



Nguyễn Văn Kỳ



TRƯỜNG TIỂU HỌC GIANG BIÊN

CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN THƯƠNG MẠI - DỊCH VỤ HỒNG ANH

THỰC ĐƠN CHI TIẾT TUẦN - ĐỊNH LƯỢNG CALO

TUẦN 18/ Năm học 2025 - 2026 * (29/12/2025 - 31/12/2025)

Đơn giá: 35.000/1 suất ăn(Có bữa phụ) (Đã bao gồm thuế VAT)

Thứ	Tên thực phẩm	Lượng(kg)	T/ phẩm(kg)	Giá tiền	Thành tiền	Kalo	Chi phí khác	Số tiền	Thuế 8 %	ĐGBQ/s uất
THỨ 2	Cá rô phi chiên sốt cà chua	0,058	0,045	150.000	8.700	715	Chi phí khác	100	2.223	
	Cà chua	0,01	0,005	30.000	300		Lương	4.000		
	Thịt xào ngũ sắc	0,047	0,035	160.000	7.517		Điện, nước	500		
	Su su cà rốt xào	0,05	0,03	30.000	1.500		Lãi	100		
	Canh bắp cải nấu thịt cà chua	0,02	0,01	25.000	500					
	Thịt nấu canh	0,002	0,001	160.000	320					
	Chuối tiêu chín	1	1	3.500	3.500					
	Cơm(Gạo)	0,1	0,115	23.500	2.350					
	Điện nấu bếp+ Điều hòa	1,3	1,1	500	650					
	Gia vị +dầu+đường	1,1	0,07	1.250	1.375					
	Gas	0,035	0,25	39.000	1.365					
	Tổng				28.077			4.700	2.223	35.000
THỨ 3	Thịt nạc vai kho tàu	0,0657	0,05	160.000	10.517	715	Chi phí khác	100	2.223	
	Trứng gà đảo bông	1,2	0,065	4.000	4.800		Lương	4.000		
	Khoai tây xào	0,05	0,03	30.000	1.500		Điện, nước	500		
	Canh cải canh nấu thịt	0,02	0,01	35.000	700		Lãi	100		
	Thịt nấu canh	0,002	0,001	160.000	320					
	Sữa chua Elovi	1	1	4.500	4.500					
	Cơm(Gạo)	0,1	0,115	23.500	2.350					
	Điện nấu bếp+ Điều hòa	1,3	1,1	500	650					
	Gia vị +dầu+đường	1,1	0,07	1.250	1.375					
	Gas	0,035	0,25	39.000	1.365					
	Tổng				28.077			4.700	2.223	35.000
THỨ 4	Rau, củ, quả thập cẩm rang	0,045	0,025	50.000	2.250	710	Chi phí khác	100	2.223	
	Dưa góp chua ngọt	0,025	0,015	25.000	625		Lương	4.000		
	Đùi gà tẩm bột chiên xù	0,15	0,095	120.000	18.000		Điện, nước	500		
	Canh củ quả nấu xương	0,02	0,01	30.000	600		Lãi	100		
	Xương nấu canh	0,01	0,001	35.000	350					
	Sữa chua Elovi	1	1	4.500	4.500					
	Cơm(Gạo rang)	0,1	0,115	23.500	2.350					

	Điện nấu bếp+ Điều hòa	1,3	1,1	500	650				
	Gia vị +dầu+đường	1,1	0,07	1.250	1.375				
	Gas	0,035	0,25	39.000	1.365				
	Tổng				32.065		4.700	2.223	38.988
THỨ 5	Nghỉ tết								
THỨ 6	Nghỉ tết								
	Tổng				0	710	4900	2.593	7.493

** Ghi chú : Thực đơn có thể thay đổi theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm hàm lượng dinh dưỡng !*