

# 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 27/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (09-13/03/2026)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt rang tôm	Thịt viên nấm hầm củ quả	Gà rang muối	Trứng tráng cuộn	Thịt bò hầm sốt vang
2	Muối lạc	Kimbap chiên	Đậu tằm hành	Bắp cải cuộn thịt viên nấm	Súp gà ngô
3	Bắp cải xào	Cải thảo xào cà rốt	Su su xào cà rốt	Khoai tây xào	
4	Canh chua nấu thịt cà chua	Canh mồng tơi	Canh bí xanh nấu xương	Canh cải xanh nấu thịt	
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Bánh mì chuột
6	Bánh OREO	Sữa chua Elovi	Bánh mì tươi Kinh Đô	Sữa hút Susu Vinamilk	Chuối tiêu chín

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



Giám đốc  
Phạm Thị Lan Anh



Hiệu trưởng  
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 27/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (09-13/03/2026)*

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt rang tôm	Thịt viên nấm hầm củ quả	Gà rang muối	Trứng tráng cuộn	Thịt bò hầm sốt vang
2	Muối lạc	Kimbap chiên	Đậu tằm hành	Bắp cải cuộn thịt viên nấm	Súp gà ngô
3	Bắp cải xào	Cải thảo xào cà rốt	Su su xào cà rốt	Khoai tây xào	
4	Canh chua nấu thịt cà chua	Canh mồng tơi	Canh bí xanh nấu xương	Canh cải xanh nấu thịt	
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Bánh mì chuột

*\* 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**

Hiệu trưởng

**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 27/ Năm học 2025 - 2026 \* (09-13/03/2026)**

**Đơn giá: 35.000/1suất 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	Thịt rang tôm	0.0398	0.03	165,000	6,557	715	Chi phí khác	100	2,223	
	Tôm rang thịt	0.03	0.025	250,000	7,500		Lương	4,500		
	Muối lạc	0.02	0.02	60,000	1,200		Điện, nước	500		
	Bắp cải xào	0.05	0.03	25,000	1,250		Lãi	100		
	Canh chua nấu thịt cà chua	0.02	0.01	25,000	500					
	Thịt nấu canh	0.002	0.001	165,000	330					
	Bánh Oreo	1	1	4,500	4,500					
	Cơm(Gạo )	0.1	200g-250g	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					
<b>Tổng</b>				<b>27,577</b>			<b>5,200</b>	<b>2,223</b>	<b>35,000</b>	
THỨ 3	Thịt viên nấm hầm củ quả	0.059	0.045	165,000	9,737	715	Chi phí khác	100	2,223	
	Củ quả hầm thịt viên	0.05	0.03	30,000	1,500		Lương	4,500		
	Kim bắp chiên	2	2	2,000	4,000		Điện, nước	500		
	Cải thảo xào cà rốt	0.05	0.03	30,000	1,500		Lãi	100		
	Canh mồng toi	0.02	0.01	30,000	600					
	Sữa chua Elovi	1	1	4,500	4,500					
	Cơm(Gạo )	0.1	200g-250g	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					
	<b>Tổng</b>				<b>27,577</b>				<b>5,200</b>	<b>2,223</b>
THỨ 4	Gà rang muối	0.127	0.075	100,000	12,700	710	Chi phí khác	100	2,223	
	Đậu tâm hành	0.055	0.045	39,000	2,137		Lương	4,500		
	Su su xào cà rốt	0.05	0.03	30,000	1,500		Điện, nước	500		
	Canh bí xanh nấu xương	0.02	0.01	30,000	600		Lãi	100		
	Xương nấu canh	0.01	0.001	40,000	400					
	Bánh mì tươi Kinh Đô	1	1	4,500	4,500					
	Cơm(Gạo )	0.1	200g-250g	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					
	<b>Tổng</b>				<b>27,577</b>		<b>5,200</b>	<b>2,223</b>	<b>35,000</b>	
THỨ 5	Trứng trắng cuộn	1	0.055	4,000	4,000	710	Chi phí khác	100	2,223	
	Bắp cải cuộn thịt viên	0.04	0.03	25,000	1,000		Lương	4,500		
	Thịt viên nấm hương	0.057	0.04	165,000	9,407		Điện, nước	500		
	Khoai tây xào	0.05	0.03	30,000	1,500		Lãi	100		
	Canh cải xanh nấu thịt	0.02	0.01	30,000	600					
	Thịt nấu canh	0.002	0.001	165,000	330					
	Sữa hút Su su Vinamilk	1	1	5,000	5,000					
	Com(Gạo )	0.1	200g-250g	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					
	<b>Tổng</b>				<b>27,577</b>			<b>5,200</b>	<b>2,223</b>	<b>35,000</b>
	THỨ 6	Thịt bò sốt vang	0.073	0.045	250,000		18,250	Chi phí khác	100	2,223
Cà chua		0.012	0.01	30,000	360	Lương	4,500			
Ngô ngọt		0.009	0.003	65,000	585	Điện, nước	500			
Thịt gà		0.0057	0.35	100,000	570	Lãi	100			
Trứng gà		0.065	1	4,000	260					
Giò lụa		0.0038	0.035	160,000	608					
Chuối tiêu chín				3,500	0					
Bánh mì chuột		2	2	3,000	6,000					
Gia vị +dầu+đường		1.5	1.3	1,500	2,250					
Gas		0.035	0.035	39,000	1,365					
Điện nấu bếp + Điều hòa		1.3	1.1	1,000	1,300					
<b>Tổng</b>					<b>31,548</b>		<b>5,200</b>	<b>2,223</b>	<b>38,971</b>	

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