

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 32/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (13-17/04/2026)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Cá rô phi tẩm bột chiên giòn	Đậu hũ nhặt sốt thịt cà chua	Tôm tươi rang thịt heo	Xôi gà hoàng phố	Trứng gà đảo bông
2	Thịt heo băm sốt cà chua	Thịt chiên xá xíu	Lạc chiên muối tẩm gia vị	Thịt gà xé phay	Thịt kho nước cốt dừa
3	Su su xào cà rốt	Bắp cải xào	Rau muống xào tỏi	Nước tương (xì dầu)	Khoai tây xào
4	Canh cải xanh nấu thịt	Canh chua nấu thịt cà chua	Canh chua		Canh mồng tơi nấu bột tôm
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ		Cơm gạo tẻ
6	Bánh kem tươi	Sữa chua Elovi	Chuối tiêu chín	Sữa trái cây nhiệt đới Kaka	Bánh gạo Richy (2)

* 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 32/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (13-17/04/2026)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Cá rô phi tẩm bột chiên giòn	Đậu hũ nhật sốt thịt cà chua	Tôm tươi rang thịt heo	Xôi gà hoàng phố	Trứng gà đảo bông
2	Thịt heo băm sốt cà chua	Thịt chiên xá xiu	Lạc chiên muối tẩm gia vị	Thịt gà xé phay	Thịt kho nước cốt dừa
3	Su su xào cà rốt	Bắp cải xào	Rau muống xào tỏi	Nước tương	Khoai tây xào
4	Canh cải xanh nấu thịt	Canh chua nấu thịt cà chua	Canh chua		Canh mồng tơi nấu bột tôm
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	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 !


Giám đốc

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 32/ Năm học 2025 - 2026 * (13-17/04/2026)

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 %
THỨ 2	Cá rô phi tấm bột chiên giòn	0,0562	0,04	150.000	8.422	715	Chi phí khác	100	2.223
	Thịt heo băm sốt cà chua	0,03	0,02	160.000	4.800		Lương	4.500	
	Cà chua	0,01	0,001	30.000	300		Điện, nước	500	
	Su su xào cà rốt	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	160.000	320				
	Bánh kem tươi	1	1	4.500	4.500				
	Cơm(Gạo)	0,1	200g-250g	23.500	2.350				
		1,3	1,1	900	1.170				
	Gia vị +dầu+đường	1,5	1,3	1.500	2.250				
	Gas	0,035	0,25	39.000	1.365				
Tổng				27.577			5.200	2.223	
THỨ 3	Đậu hũ Nhật sốt thịt cà chua	0,075	0,065	39.000	2.925	715	Chi phí khác	100	2.223
	Thịt sốt đậu	0,0145	0,01	160.000	2.327		Lương	4.500	
	Cà chua	0,01	0,001	30.000	300		Điện, nước	500	
	Thịt chiên xá xú	0,052		160.000	8.320		Lãi	100	
	Bắp cải xào	0,05	0,03	25.000	1.250				
	Canh chua nấu thịt cà chua	0,02	0,01	25.000	500				
	Thịt nấu canh	0,002	0,001	160.000	320				
	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	900	1.170				
	Gia vị +dầu+đường	1,5	1,3	1.500	2.250				
	Gas	0,035	0,25	39.000	1.365				
	Tổng				27.577				5.200
THỨ 4	Tôm tươi rang thịt heo	0,03	0,02	250.000	7.500	710	Chi phí khác	100	2.223
	Thịt heo rang tôm	0,0403	0,03	160.000	6.442		Lương	4.500	
	Lạc chiên tấm muối gia vị	0,02	0,02	60.000	1.200		Điện, nước	500	
	Rau muống xào tỏi	0,05	0,03	30.000	1.500		Lãi	100	
	Canh chua	0,01	0,001	30.000	300				
	Chuối tiêu chín	1	1	3.500	3.500				

	Cơm(Gạo)	0,1	200g-250g	23.500	2.350				
	Điện nấu bếp+ Điều hòa	1,3	1,1	900	1.170				
	Giá vị +dầu+đường	1,5	1,3	1.500	2.250				
	Gas	0,035	0,25	39.000	1.365				
	Tổng				27.577		5.200	2.223	
THỨ 5	Thịt gà xé phay	0,0766	0,055	120.000	9.192	710	Chi phí khác	100	2.223
	Xúc xích thái mỏng	0,2	0,2	8.000	1.600		Lương	4.500	
	Nước tương	1	1	1.000	1.000		Điện, nước	500	
	Hành khô	0,005	0,001	50.000	250		Lãi	100	
	Sữa trái cây nhiệt đới Kaka	1	1	4.500	4.500				
	Cơm(Gạo xôi)	0,125	200g-250g	50.000	6.250				
	Điện nấu bếp+ Điều hòa	1,3	1,1	900	1.170				
	Giá vị +dầu+đường	1,5	1,3	1.500	2.250				
	Gas	0,035	0,25	39.000	1.365				
	Tổng				27.577			5.200	2.223
THỨ 6	Trứng gà đảo bông	1,2	0,065	4.000	4.800	710	Chi phí khác	100	2.223
	Thịt kho nước cốt dừa	0,0565	0,04	160.000	9.042		Lương	4.500	
	Khoai tây xào	0,05	0,03	30.000	1.500		Điện, nước	500	
	Canh mồng tơi nấu bột tôm	0,02	0,01	30.000	600		Lãi	100	
	Bánh gạo Richy	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	900	1.170				
	Giá vị +dầu+đường	1,5	1,3	1.500	2.250				
	Gas	0,035	0,25	39.000	1.365				
	Tổng				27.577			5.200	2.223

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