

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 33/ Năm học 2025 - 2026 * (20-24/04/2026)

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 %	ĐGBQ/s uất
THỨ 2	Thịt kho nước cốt dừa	0.0584	0.04	160,000	9,342	715	Chi phí khác	100	2,223	
	Trứng gà đảo bông	1	0.04	4,000	4,000		Lương	4,500		
	Rau muống xào tỏi	0.06	0.035	30,000	1,800		Điện, nước	500		
	Canh chua	0.01	0.001	30,000	300		Lãi	100		
	Sữa Susu Vinamilk	1	1	5,000	5,000					
	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	2,223
THỨ 3	Đậu hũ Nhật sốt thịt cà chua	0.085	0.065	39,000	3,319	715	Chi phí khác	100	2,223	
	Thịt sốt đậu	0.0131	0.001	160,000	2,096		Lương	4,500		
	Cà chua	0.01	0.001	30,000	300		Điện, nước	500		
	Thịt bò xào hành tây	0.0323		250,000	8,077		Lãi	100		
	Hành tây	0.01	0.001	30,000	300					
	Bắp cải xào	0.05	0.03	25,000	1,250					
	Canh mồng toi nấu bột tôm	0.02	0.01	30,000	600					
	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	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 4	Thịt gà kho mắm gừng	0.11	0.065	95,000	10,442	710	Chi phí khác	100	2,223	
	Chả cá chiên giòn	0.02	0.02	150,000	3,000		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					
	Caramen	1	1	4,500	4,500					
	Cơm(Gạo)	0.1	200g-250g	23,500	2,350					

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 33/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (20-24/04/2026)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt kho trứng gà	Thịt bò xào hành tây	Thịt gà kho mắm gừng	Cá rô phi tươi chiên sốt cà chua	Bún thịt mọc viên nấm hương
2	Lạc chiên tằm gia vị	Đậu tằm hành	Trứng tráng cuộn	Thịt luộc mắm	Canh riêu chua chan bún
3	Rau muống xào tỏi	Bắp cải xào	Su su xào cà rốt	Khoai tây xào	
4	Canh chua	Canh mồng tơi nấu bột tôm	Canh bí xanh nấu xương	Canh cải xanh nấu thịt	
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Bún tươi

* 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 HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 33/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (20-24/04/2026)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Thịt kho nước cốt dừa	Đậu hũ nhặt sốt thịt cà chua	Thịt gà kho mắm gừng	Cá rô phi tươi tẩm bột chiên giòn	Bún thịt mọc viên nấm hương
2	Trứng gà đảo bông	Thịt bò xào hành tây	Chả cá chiên giòn	Thịt băm sốt cà chua	Canh riêu chua chan bún
3	Rau muống xào tỏi	Bắp cải xào	Su su xào cà rốt	Khoai tây xào	
4	Canh chua	Canh mồng tơi nấu bột tôm	Canh bí xanh nấu xương	Canh cải xanh nấu thịt	
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Bún tươi
6	Sữa hút Susu Vinamilk	Bánh OREO	Caramen	Bánh Gạo Richy	Dưa hấu Sài Gòn

* 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