

**TRƯỜNG TIÊU HỌC NGÔ GIA TỰ
CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH**

Địa chỉ : Số 80 Ngõ 466 Đường Ngô Gia Tự, Phường Việt Hưng, Thành phố Hà Nội.

Điện thoại: 0975036888

Email: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA HỌC SINH BÁN TRÚ

Tuần 28/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (30/03 - 03/04/2026)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Gà kho măng gừng	Đậu hũ nhát sốt thịt cà chua	Thịt viên nắm hầm củ quả	Trứng cút kho thịt	Phở gà truyền thống
2	Chả cá lã vừng	Thịt sốt mặn ngọt	Kimbap chiên	Chả lụa truyền thống	Nước dùng chan phở
3	Su su xào cà rốt	Cải thảo xào cà rốt	Bắp cải xào	Khoai tây xào	
4	Canh bí xanh nấu xương	Canh cải xanh nấu thịt	Canh mồng tơi nấu bột tôm	Canh chua nấu thịt	Bánh phở tươi
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	
6	Bánh OREO	Sữa chua Elovi	Dưa hấu Sài Gòn	Sữa trái cây nhiệt đới Kaka	Bánh Bơ rước

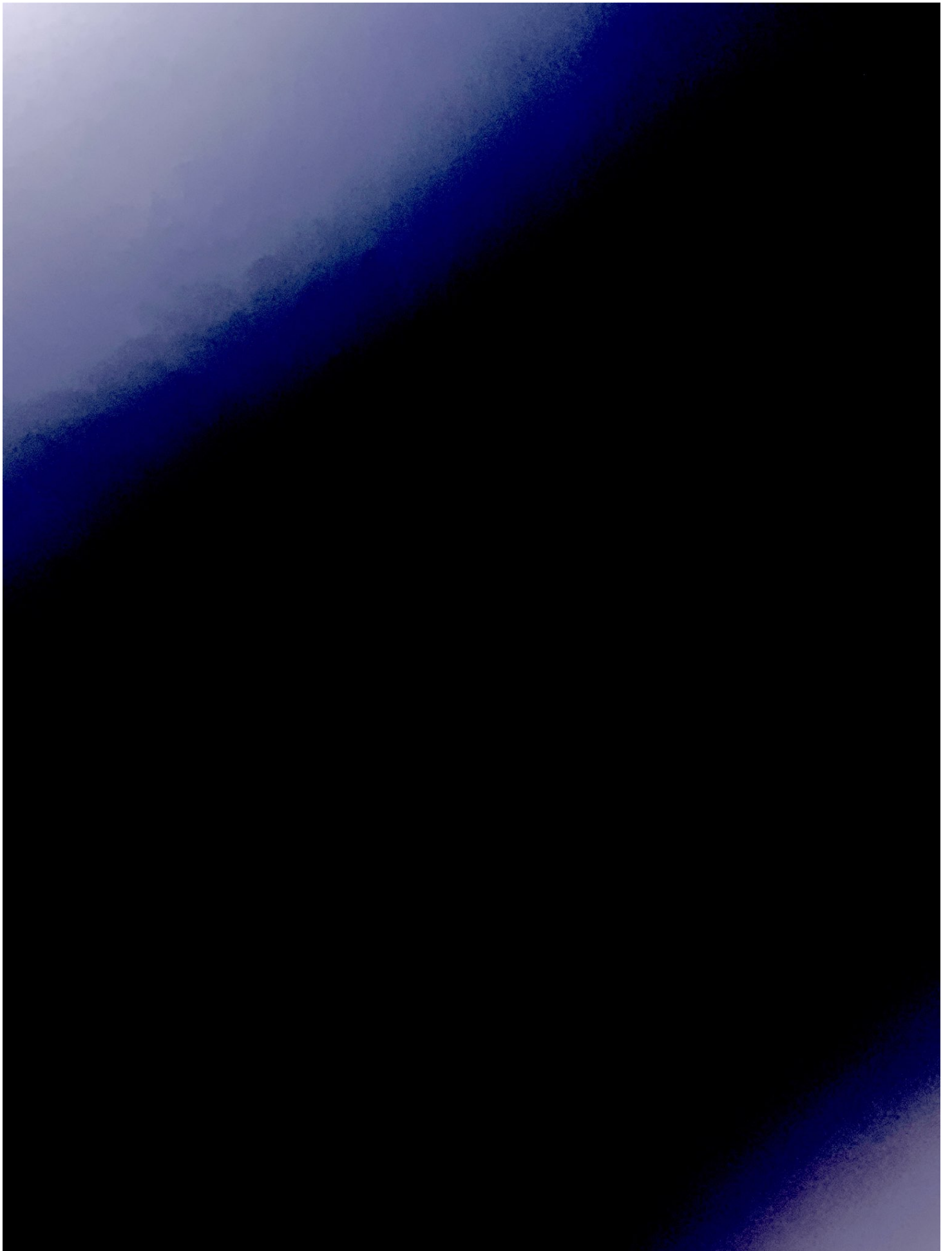
* Ghi chú : Thực đơn cố định theo dõi theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm hàm lượng dinh dưỡng !



Phạm Thị Lan Anh



Nguyễn Thị Hải Yến



TRƯỜNG TIỂU HỌC NGỘ GIA TỰ
CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN VÀ DỊCH VỤ HỒNG ANH
Địa chỉ : Số 80 Ngõ 466 Đường Ngõ Gia Tự, Phường Việt Hưng, Thành phố Hà Nội.
Điện thoại: 0975036888

Email: lananhpham78@gmail.com

THỰC ĐƠN BỮA TRƯA GIÁO VIÊN

Tuần 28/Năm học 2025 - 2026 (35.000/suất đã bao gồm thuế VAT) (30/03 - 03/04/2026)

STT	THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6
1	Gà xào sả ớt	Đậu rán sốt cà chua	Thịt bắp chân giò luộc	Thịt kho củ cải	Phở gà truyền thống
2	Chả cá lã vọng	Thịt sốt mặn ngọt	Trứng ốp la	Giò lụa truyền thống	Nước dùng chan phở
3	Su su xào cà rốt	Cải thảo xào cà rốt	Bắp cải xào	Khoai tây xào	
4	Canh bí xanh nấu xương	Canh cải xanh nấu thịt	Canh mồng tơi nấu bột tằm	Canh chua nấu thịt	Bánh phở tươi
5	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	Cơm gạo tẻ	

* Ghi chú : Thực đơn này thể hiện đối theo tình hình thực tế nhưng không làm giảm hàm lượng dinh dưỡng !



Phạm Thị Lan Anh



Nguyễn Thị Hải Yến



TRƯỜNG TIỂU HỌC NGÕ GIA TỰ
CÔNG TY TNHH PHÁT TRIỂN THƯƠNG MẠI-DỊCH VỤ HỒNG ANH
THỰC ĐƠN CHI TIẾT TUẦN - ĐỊNH LƯỢNG CALO

TUẦN 28/2025 - 2026 * (30/03 - 03/04/2026)
Đơn giá: 35.000/ suất ăn có bữa phụ (Đã bao gồm thuế VAT)

Thứ	Tên món ăn	Lượng(kg)	Thành phẩm(kg)	Giá tiền	Thành tiền	Kalo				
							Chi phí khác	Số tiền	Thuế 8%	DGBQ/ suất
THỨ 2	Gà kho mắm gừng	0.11	0.065	100,000	11,000		Chi phí khác	200	2,223	
	Chà cá lã vông	0.025	0.025	165,000	4,125		Lương	4,500		
	Su su xào cà rốt	0.05	0.03	30,000	1,500		Lãi	100		
	Canh bí xanh nấu xương	0.02	0.01	30,000	600		Điện nước	700		
	Xương nấu canh	0.01	0.001	40,000	400	710				
	Bánh Oreo	1	1	4,500	4,500					
	Com(Gạo)	0.1	200g-250g	23,500	2,357					
	Gia vị +dầu+đường	1.3	1.1	1,250	1,625					
	Gas	0.03	0.03	39,000	1,170					
	Tổng					27,277		5,500	2,223	35,000
	Đậu hũ Nhật sốt thịt cà chua	0.075	0.065	39,000	2,925		Chi phí khác	200	2,223	
	Thịt sốt đậu	0.015	0.01	165,000	2,475		Lương	4,500		
	Cà chua	0.01	0.001	30,000	300		Lãi	100		
	Thịt sốt mặn ngọt	0.0576	0.045	165,000	9,502		Điện nước	700		
	Cải thảo xào cà rốt	0.05	0.03	30,000	1,500	710				
	Canh cải xanh nấu thịt	0.02	0.01	30,000	600					
THỨ 3	Thịt nấu canh	0.002	0.001	165,000	330					
	Sữa chua Eloví	1	1	4,500	4,500					
	Com(Gạo)	0.1	200g-250g	23,500	2,350					
	Gia vị +dầu+đường	1.3	1.1	1,250	1,625					
	Gas	0.03	0.03	39,000	1,170					
	Tổng					27,277		5,500	2,223	35,000
		Thịt viên nấu hương hằm củ quả	0.0581	0.045	165,000	9,582		Chi phí khác	200	2,223
	Củ quả hằm thịt viên	0.04	0.03	30,000	1,200		Lương	4,500		
	Kim bắp chiên	2	2	2,500	5,000		Lãi	100		
	Bắp cải xào	0.05	0.03	25,000	1,250		Điện nước	700		

