



# CÔNG TY TNHH THƯƠNG MẠI TPT HÀ NỘI

## CHUYÊN CUNG CẤP SUẤT ĂN TẬP THỂ

Địa chỉ: Số 12, Ngõ 188, Phố Thái Thịnh, Phường Đống Đa, TP. Hà Nội

ĐT: 024 32010731 - Fax: 024 32010741 / Email: tpthanoi2018@gmail.com



### THỰC ĐƠN HỌC SINH

#### TRƯỜNG TIỂU HỌC CÁT LINH

Tuần 3 tháng 05: Từ ngày 18/05/2026 đến ngày 22/05/2026

Thời gian	Bữa chính	Chi tiết	Đ.lượng HS sống(g)	Đ.lượng HS chín(g)	KCAL	Bữa phụ
Thứ Hai	Thịt chiên ngũ vị	Thịt lợn	60	45	109	Bánh MIYAKY Tràng An
	Giò rím xì dầu	Giò lụa	30	25	90	
	Rau cải xào	Rau cải	60	40-45	60	
	Canh khoai tây nấu thịt	Khoai tây + thịt lợn	35+2,5	250ml	110	
	Cơm tẻ trắng	Gạo	110	170	380	
		Dầu ăn, gia vị các loại			45	
<b>Tổng định lượng</b>					<b>794</b>	
Thứ Ba	Gà sốt nấm	Thịt gà	70	50	170	Sữa chua uống Monu
	Đậu sốt cà chua	Đậu phụ + cà chua	40+5	30	88	
	Rau muống xào	Rau muống	60	40-45	60	
	Canh củ cải nấu xương gà	Củ cải + xương	35	250ml	110	
	Cơm tẻ trắng	Gạo	110	170	380	
		Dầu ăn, gia vị các loại			45	
<b>Tổng định lượng</b>					<b>853</b>	
Thứ Tư	Cá rô phi tẩm bột chiên	Cá rô phi file + bột chiên	60	40-45	115	Chuối
	Trứng đảo bông	Trứng gà	1 quả	25	90	
	Giá đỗ, cà rốt xào	Giá đỗ + cà rốt	50	35-40	85	
	Canh thịt nấu chua thả giá	Giá đỗ + thịt lợn + cà chua	15+2,5+5	250ml	110	
	Cơm tẻ trắng	Gạo	110	170	380	
		Dầu ăn, gia vị các loại			45	
<b>Tổng định lượng</b>					<b>825</b>	
Thứ Năm	Thịt nạc xay rím tiêu	Thịt lợn	60	50	109	Sữa chua uống KUN
	Chả cá viên chiên	Chả cá viên	35	30	90	
	Bắp cải xào	Bắp cải	60	40-45	85	
	Canh bí đỏ nấu thịt	Bí đỏ + thịt lợn	30+2,5	250ml	110	
	Cơm tẻ trắng	Gạo	110	170	380	
		Dầu ăn, gia vị các loại			45	
<b>Tổng định lượng</b>					<b>819</b>	
Thứ Sáu	Mỳ ý Spaghetti sốt thịt băm	Mỳ	70	210	350	Bánh Staff cốm Hữu Nghị
		Thịt lợn	20	15	70	
		Ức gà	20	15	70	
		Xúc xích	20	20	60	
		Hành tây + cà rốt + cà chua	20	10-15	20	
		Dầu ăn, gia vị các loại			45	
<b>Tổng định lượng</b>					<b>615</b>	

\* Ghi chú: Rau, canh có thể thay đổi cho phù hợp với thời tiết.

Người lập biểu

Nguyễn Thảo Hiền



PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Hoàng Thị Thanh Thủy