



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 4 tháng 05: Từ ngày 25/05/2026 đến ngày 29/05/2026

Thời gian	Bữa chính	Chi tiết	Đ.lượng HS sống(g)	Đ.lượng HS chín(g)	KCAL	Bữa phụ
Thứ Hai	Gà luộc phô mai	Thịt gà	70	45	190	Bánh Belgi Tráng An
	Thịt xào ngũ sắc	Thịt lợn + củ quả	20+30	40	95	
	Giá đỗ xào cà rốt	Giá đỗ + cà rốt	50	40	85	
	Canh bí nấu xương gà	Bí xanh + xương	35	250ml	110	
	Cơm tẻ trắng	Gạo	110	170	380	
		Dầu ăn, gia vị các loại			45	
	Tổng định lượng			905		
Thứ Ba	Thịt xay sốt cà chua	Thịt lợn + cà chua	60	45	109	Sữa chua uống KUN
	Trứng đào bông	Trứng gà	1 quả	25	90	
	Su su, cà rốt xào	Su su + cà rốt	60	40-45	90	
	Canh củ cải nấu thịt	Củ cải + thịt lợn	35+2,5	250ml	110	
	Cơm tẻ trắng	Gạo	110	170	380	
		Dầu ăn, gia vị các loại			45	
	Tổng định lượng			824		
Thứ Tư	Bò, thịt hầm khoai tây	Thịt bò + thịt lợn + khoai tây	10+40+20	45	145	Bánh socola Hải Châu
	Đậu sốt cà chua	Đậu phụ + cà chua	40+5	40	90	
	Bắp cải xào	Bắp cải	60	40-45	85	
	Canh mùng tơi nấu tôm	Mùng tơi + tôm khô	20	250ml	110	
	Cơm tẻ trắng	Gạo	110	170	380	
		Dầu ăn, gia vị các loại			45	
	Tổng định lượng			855		
Thứ Năm	Thịt kho	Thịt lợn	60	50	109	Sữa chua Elovi
	Gà xào ngô cà rốt	Thịt gà + ngô + cà rốt	20+20	30-35	95	
	Rau muống xào	Rau muống	60	40-45	60	
	Nước canh rau muống chua	Nước canh rau muống chua	250ml	250ml	60	
	Cơm tẻ trắng	Gạo	110	170	380	
		Dầu ăn, gia vị các loại			45	
	Tổng định lượng			749		
Thứ Sáu	Phở gà mộc	Phở	170	170	280	Bánh mì tươi Kinh Đô
		Thịt gà	100	50	220	
		Thịt lợn + giò sống	20	15	60	
		Hành mùi			30	
		Dầu ăn, gia vị các loại			45	
	Tổng định lượng			635		

* 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