

Đơn vị: CÔNG TY CỔ PHẦN PHÙNG KIỀU

Địa chỉ: Số nhà G27 Khu đấu giá QSDĐ Ngô Thị Nhậm, P. Hà Đông - TP. Hà Nội.

Hotline: 0947.65.8858

Email: phungkieu.jsc@gmail.com

THỰC ĐƠN TUẦN HỌC SINH TUẦN

Bếp ăn: **TRƯỜNG TIỂU HỌC PHÚ LƯƠNG I**

Thực đơn có thể thay đổi do ngoại cảnh thời tiết thiên tai dịch bệnh)

Tuần 24- Từ ngày 23/02/2026 đến 27/02/2026

THỨ	Bữa ăn	Món ăn	ĐL sống sau sơ (gram)	Kcal	Ghi chú
THỨ 2 (Bữa ăn học đường)	BỮA TRƯA	Thịt lợn kho củ cải	65g+30g	163	
		Bắp cải xào thịt	10g+ 70g	105	
		Canh củ quả nấu thịt	30g+3g	16	
		Thanh long	100g	50	
		Cơm gạo dẻo	110g	378	
	BỮA PHỤ	Sữa Mộc châu 110ml + Bánh cosy	1 hộp+ 1 gói	90	
		Tổng		802	
THỨ 3	BỮA TRƯA	Bò nấu sốt vang	50g+ củ quả	176	
		Trứng tráng hành	1 quả	78	
		Cải ngọt xào nấm	75g	22	
		Canh thịt nấu chua	30g+3g	16	
		Cơm gạo dẻo	110g	378	
	BỮA PHỤ	Cháo thịt hạt sen	1 bát	105	
		Tổng		775	
THỨ 4	BỮA TRƯA	Tôm rim thịt	20g+ 50g	175	
		Lườn gà chiên xù	45g	115	
		Su su xào cà rốt	70g	13	
		Canh bí đỏ nấu đậu xanh	30g+3g	26	
		Cơm gạo dẻo	110g	378	
	BỮA PHỤ	Bánh Kinh đô lá dứa 40g	1 gói	74	
		Tổng		781	
THỨ 5 (Bữa ăn học đường)	BỮA TRƯA	Cá fillet chiên xù	70g	195	
		Khoai tây xào thịt	70	110	
		Canh cải xanh nấu thịt	30g+3g	13	
		Dưa hấu	100g	26	
		Cơm gạo dẻo	110g	378	
	BỮA PHỤ	Sữa uống Kun 110ml + Bánh gạo An	1 hộp	90	
		Tổng		812	
THỨ 6	BỮA TRƯA	Gà om khoai tây	80g+30g	212	
		Đậu thịt tằm hành	70g	110	
		Cải thảo xào cà rốt	75g	22	
		Canh bí xanh nấu thịt	30g+3g	16	
		Cơm gạo dẻo	110g	378	
	BỮA PHỤ	Bánh bao thập cẩm	1 cái	110	
		Tổng		848	



GIÁM ĐỐC

Kiên Quang Huy



HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Thị Yến