

Đơn vị: CÔNG TY CỔ PHẦN PHÙNG KIỀU

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

Hotline: 0947.65.8858

Email: phungkiem.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 26-Từ ngày 16/03/2026 đến 20/03/2026

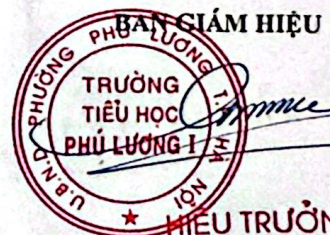
THỨ	Bữa ăn	Món ăn	ĐL sống sau sc (gram)	Kcal	Ghi chú
THỨ 2 (Bữa ăn học đường)	BỮA TRƯA	Cá fillet chiên xù lác phomai	65g	215	
		Lườn gà xào khoai tây	25g+ 50gg	110	
		Canh cải ngọt nấu thịt	30g	22	
		Thanh long	100g	13	
		Cơm gạo dẻo	110g	378	
	BỮA PHỤ	Sữa Kun 110ml hoa quả + gạo An An	1 quả + 1 cái	90	
	Tổng			828	
THỨ 3	BỮA TRƯA	Bò nấu cà ri	50g+ 40g củ quả	215	
		Trứng cuộn hành	1 quả	78	
		Bắp cải xào cà chua	75g	22	
		Canh bí xanh nấu thịt	30g+3g	13	
		Cơm gạo dẻo	110g	378	
	BỮA PHỤ	Xôi ngô sợi dừa	1 bát	125	
	Tổng			831	
THỨ 4	BỮA TRƯA	Thịt lợn kho tàu	75g	212	
		Đậu phụ sốt cà chua	70g	110	
		Cải ngọt xào	75g	22	
		Canh bầu nấu thịt	30g+3g	13	
		Cơm gạo dẻo	110g	378	
	BỮA PHỤ	Sữa uống probi 65ml	1 chai	74	
	Tổng			809	
THỨ 5 (Bữa ăn học đường)	BỮA TRƯA	Thịt viên sốt cà chua	50g+25g	185	
		Thịt xào củ quả	60g	110	
		Canh mồng tơi nấu thịt	30g+3g	13	
		Đưa hấu	1 quả	90	
		Cơm gạo dẻo	110g	378	
	BỮA PHỤ	Bánh bao thập cẩm	1 cái	90	
	Tổng			866	
THỨ 6	BỮA TRƯA	Cơm rang thập cẩm		545	
		Đùi gà chiên KFC	110g-120g	225	
		Canh bắp cải nấu thịt	30g	13	
	BỮA PHỤ	Bánh Oreo Walter Roll vị Vani	1 gói	85	
	Tổng			868	

CÔNG TY CỔ PHẦN PHÙNG KIỀU



GIÁM ĐỐC

Kiên Quang Huy



HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Thị Yến