

THỰC ĐƠN SUẤT ĂN BÁN TRÚ TRƯỜNG TIỂU HỌC BỒ ĐỀ NĂM HỌC 2022 - 2023

Suất ăn 28.000đ trên một suất ăn đã bao gồm VAT và quà chiều

Thực đơn tuần 13 từ ngày 28/11/2022 đến 02/12/2022

Thứ	Thực đơn	Nguyên liệu	ĐVT	TP sống	ĐG/kg	Thành tiền	TP chín/hs	Kcal	Chi phí phụ		Tổng tiền/suất
									Chi phí phụ	Số tiền	
Thứ 2 (28/11)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt băm ngô ngọt, cà rốt	Thịt lợn xay	gram	60	160,000	9,600	55-60	180.00	lãi dự kiến	500	
		Ngô ngọt, cà rốt	gram	10	50,000	500					
	Đậu rán sốt cà chua	Đậu phụ	gram	70	25,000	1,750	60-62	161.00	nhân công	2,500	
	Canh cải nấu thịt	Rau cải	gram	15	30,000	450		18.00	NRB	100	
		Thịt xay	gram	2	160,000	320					
	Susu xào cà rốt	Susu	gram	70	25,000	1,750	40-45	8.00			
Sữa chua		hộp	1	4,500	4,500		80.00				
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 4						23,530		859.00		4,500	28,030
Thứ 3 (29/11) TĐCBDD	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt gà rang gừng	Thịt gà CN	gram	70	110,000	7,700	50-55	93.40	lãi dự kiến	500	
		Bắp cải, cà rốt	gram	70	25,000	1,750					
	Bắp cải xào thịt bò	Thịt bò	gram	5	290,000	1,450	45-50	46.50	khẩu hao	100	
		Khoai tây	gram	35	25,000	875					
	Canh khoai tây	Xương	gram	10	40,000	400	25-27	62.60	NRB	100	
		Dưa hấu	gram	60	28,000	1,680					
Bánh ruốc bibica		gói	1	5,000	5,000		80.00				
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 3						23,515		703.40		4,500	28,015
Thứ 4 (30/11)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt kho trứng	Thịt lợn	gram	55	160,000	8,800	70-75	180.00	lãi dự kiến	500	
		Trứng gà	gram	35	50,000	1,750					
	Khoai tây xào thịt	Khoai tây	gram	60	27,000	1,620	55-60	50.35	nhân công	2,500	
		Thịt gà xay	gram	5	110,000	550					
	Canh rau ngót	Rau ngót	gram	5	50,000	250		62.70	NRB	100	
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	55	25,000	1,375	40-45	8.90			
Sữa tươi		hộp	1	4,500	4,500		100.70				
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 5						23,505		814.65		4,500	28,005
Thứ 5 (01/12) thực đơn cbdd	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt gà rán ngũ vị	Thịt gà cn	gram	70	110,000	7,700	50-55	93.40	lãi dự kiến	500	
		Chả cá	gram	35	82,000	2,870					
	Bắp cải xào cà rốt	Bắp cải, cà rốt	gram	70	25,000	1,750	45-50	46.50	nhân công	2,500	
		Xương	gram	10	45,000	450					
	Canh bí xanh	Bí đao	gram	35	30,000	1,050	25-27	62.60	NRB	100	
	Bánh bông lan nhỏ		gói	1	5,000	5,000		80.00			
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 6						23,480		694.50		4,500	27,980
Thứ 6 (02/12)	Cơm rang thập cẩm	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	250-310	580.00	ga	1,300	
		ngô ngọt	gram	10	60,000	600			lãi dự kiến	500	
		Cà rốt	gram	10	25,000	250			khẩu hao	100	
		Đậu cove	gram	10	30,000	300			nhân công	2,500	
		Trứng gà	gram	20	40,000	800					
	Xúc xích	Thịt lợn	gram	20	160,000	3,200	30-35	175.60			
		Xúc xích	gram	30	100,000	3,000					
	Chả dim	Trứng gà	gram	30	140,000	4,200					
		Thịt lợn xay	gram	3	160,000	480					
	Canh chua	dọc mùng	gram	15	50,000	750	210-220				
Cà chua		gram	10	50,000	500						
Sữa tươi	Me	gram	5	50,000	250		18.00				
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500		80.00			
Cộng thứ 6						23,490		853.60		4,500	27,990

* Định lượng rau củ quả đã sơ chế

BAN GIÁM HIỆU NHÀ TRƯỜNG

CƠ SỞ CƠM LÂM



(Signature)
Phạm Đại Lâm