

**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 16 từ ngày 19/12/2022 đến 23/12/2022

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 (19/12)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt gà om nấm	Gà lọc xương	gram	70	110,000	7,700	50 - 55	93.40	lãi dự kiến	500	
	Đậu rán sốt cà chua	Đậu phụ	gram	80	30,000	2,400	60-62	131.00	khẩu hao	100	
		Cà chua	gram	10	35,000	350			nhân công	2,500	
	Su su xào cà rốt	Su su, cà rốt	gram	70	28,000	1,960	50-55	46.50	NRB	100	
	Canh khoai tây	Khoai tây	gram	35	28,000	980	25-27	62.60			
		Xương	gram	10	45,000	450					
	Bánh bông lan nhỏ		hộp	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 2						23,500		825.50		4,500	28,000
Thứ 3 (20/12) TĐCBDD	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt kho trứng cút	Thịt lợn	gram	55	160,000	8,800	70-75	180.00	lãi dự kiến	500	
		Trứng cút	gram	35	50,000	1,750			khẩu hao	100	
	Khoai tây xào thịt	Khoai tây	gram	60	27,000	1,620	55-60	50.35	nhân công	2,500	
		Thịt gà xay	gram	6	110,000	660			62.70	NRB	100
	Canh rau ngót	Rau ngót	gram	5	50,000	250					
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	60	26,000	1,560	40-45	8.90			
	Sữa tươi		hộp	1	4,200	4,200		100.70			
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 3						23,500		814.65		4,500	28,000
Thứ 4 (21/12)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt xay thập cẩm	Thịt lợn	gram	55	160,000	8,800	40-45	180.00	lãi dự kiến	500	
		ngô ngọt	gram	10	60,000	600			25	160.00	khẩu hao
	Trứng rán	Trứng gà	gram	30	83,000	2,490	42-45	14.00	nhân công	2,500	
	Bắp cải xào	Bắp cải	gram	70	20,000	1,400		1.00	NRB	100	
	Canh bí đỏ	Bí đỏ	gram	35	30,000	1,050		80.00			
	Sữa chua		hộp	1	4,500	4,500					
	gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500				
Cộng thứ 4						23,500		847.00		4,500	28,000
Thứ 5 (22/12) thực đơn cbdd	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt gà khoai tây, cà rốt	Thịt gà	gram	70	110,000	7,700	80-90	180.00	lãi dự kiến	500	
		Khoai tây	gram	40	30,000	1,200			89.00	khẩu hao	100
	Bắp cải xào thịt	Bắp cải	gram	60	23,000	1,380	40-42	62.50	nhân công	2,500	
		Thịt gà	gram	5	110,000	550			25-27	50.55	NRB
	Canh bí xanh	Bí xanh	gram	35	30,000	1,050	40-45				
		Xương	gram	10	45,000	450					
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	55	28,000	1,540					
Bánh rúč		chiếc	1	5,000	5,000						
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 5						23,530		794.05		4,500	28,030
Thứ 6 (23/12)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	250-310	580.00	ga	1,300	
	Cá Chiên giòn	Cá phi lê	gram	70	100,000	7,000			lãi dự kiến	500	
	Chả dim mắm	Chả lợn	gram	30	140,000	4,200			khẩu hao	100	
		Giá đỗ	gram	50	20,000	1,000			nhân công	2,500	
	Giá đỗ xào	Cà rốt	gram	5	30,000	150	30-35	175.60	NRB	100	
		Khoai tây	gram	35	30,000	1,050			210-220	18.00	
	Canh khoai tây	Xương	gram	10	45,000	450					
		Sữa tươi		hộp	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						23,510		853.60		4,500	28,010

\* Định lượng rau củ quả đã sơ chế



CƠ SỞ CƠM LÂM

Phạm Đại Lâm