

**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 27 từ ngày 06/03/2023 đến 10/03/2023

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 (06/03)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt lợn rang hành	Thịt lợn	gram	60	160,000	9,600	40-45	93.40	lãi dự kiến	500	
	Trứng rán	Trứng gà	gram	35	65,000	2,275	60-62	131.00	khấu hao	100	
	Bắp cải, cà rốt xào	Bắp cải, cà rốt	gram	70	27,000	1,890	40-45	46.50	nhân công	2,500	
	Canh rau cải cúc	Rau cải cúc	gram	15	20,000	300			NRB	100	
	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 6						23,545		783.60		4,500	28,045
Thứ 3 (07/03) TĐCBDD	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Trứng cút kho thịt	Thịt lợn	gram	50	160,000	8,000	60-62	148.50	lãi dự kiến	500	
		Trứng cút	gram	30	55,000	1,650					khấu hao
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	55	25,000	1,375	40-42	8.90	nhân công	2,500	
	Susu xào thịt, cà rốt	Susu, cà rốt	gram	70	25,000	1,750	40-45	46.50			
		Thịt xay	gram	5	160,000	800					
	Canh chua thịt	Thịt xay	gram	3	160,000	480					
Me		gram	3	50,000	150						
Cà chua	gram	5	30,000	150							
Sữa chua		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						23,515		716.60		4,500	28,015
Thứ 4 (08/03)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt gà rang gừng	Thịt gà	gram	70	110,000	7,700	55-60	93.40	lãi dự kiến	500	
	Đậu sốt cà chua	Cà chua	gram	10	35,000	350	50-55	163.30	khấu hao	100	
		Đậu phụ	gram	80	35,000	2,800					nhân công
	Su hào xào cà rốt	Su hào	gram	60	21,000	1,260	50-52	62.60	NRB	100	
	Canh bí đỏ	Bí đỏ	gram	35	30,000	1,050					
		Xương	gram	10	45,000	450					
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 4						23,530		731.30		4,500	28,030
Thứ 5 (09/03) thực đơn cbdd	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Đậu rán thịt xay cà rốt	Thịt lợn	gram	55	160,000	8,800	80-90	180.00	lãi dự kiến	500	
		cà rốt + đậu	gram	50	25,000	1,250					89.00
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	55	26,000	1,430	40-42	62.50	nhân công	2,500	
	Canh bắp cải	Bắp cải	gram	15	35,000	525	25-27	50.55	NRB	100	
	Khoai tây xào thịt gà	khoai tây	gram	70	25,000	1,750	40-45				
		Thịt gà	gram	5	110,000	550					
Sữa tươi		hộp	1	4,500	4,500						
gia giảm: gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 5						23,465		794.05		4,500	27,965
Thứ 6 (10/03)	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			khấu hao	100	
	Giá đỗ xào	Giá đỗ	gram	50	20,000	1,000			nhân công	2,500	
		Cà rốt	gram	5	30,000	150	NRB	100			
	Canh khoai tây	Khoai tây	gram	35	30,000	1,050	30-35	175.60			
		Xương	gram	10	45,000	450	210-220	18.00			
Sữa tươi Ba Vì		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



BAN GIÁM HIỆU NHÀ TRƯỜNG

PHÓ HIỆU TRƯỞNG

*Bùi Thị Thiên Hương*

CƠ SỞ CƠM LÂM

Phạm Đại Lâm