

**THỰC ĐƠN SUẤT ĂN BÁN TRƯỞNG 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 31 từ ngày 03/04/2023 đến 07/04/2023

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	T. tiền	
Thứ 2 (03/04)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	110	18,000	1,980	200-210	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	
	Trứng rán	Trứng gà	gram	33	85,000	2,805	25-27		khẩu hao	100	
	Bắp cải xào cà rốt	Cà rốt	gram	5	30,000	150	45-50	46.50	nhân công	2,500	
		Bắp cải	gram	65	25,000	1,625					NRB
	Canh bí xanh	Xương	gram	10	45,000	450		62.60			
		Hành lá	gram	1	55,000	55					
	Sữa tươi tiệt trùng	Bí xanh	gram	35	35,000	1,225					
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm	hộp	1	5,000	5,000			80.00				
Cộng thứ 2						23,490		694.50		4,500	27,990
Thứ 3 (04/04) TĐC BĐ	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	110	18,000	1,980	200-210	412.00	ga	1,300	
	Thịt kho trứng cút	Thịt lợn	gram	55	160,000	8,800	40-45	180.00	lãi dự kiến	500	
		Trứng cút	gram	30	75,000	2,250	25-27		khẩu hao	100	
	Khoai tây xào thịt	Khoai tây	gram	60	25,000	1,500	50-55	50.35	nhân công	2,500	
		Thịt gà xay	gram	5	110,000	550					62.70
	Canh rau ngót nấu thịt	Thịt lợn xay	gram	2	160,000	320					
	Rau ngót	gram	5	40,000	200						
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	55	26,000	1,430	40-45	8.90			
Bánh bông lan nhỏ		gói	1	4,000	4,000		100.70				
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm					2,500						
Cộng thứ 3						23,530		814.65		4,500	28,030
Thứ 4 (05/04)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	110	18,000	1,980	200-210	412.00	ga	1,300	
	Thịt băm ngô ngọt, cà rốt	Thịt lợn xay	gram	55	160,000	8,800	55-60	180.00	lãi dự kiến	500	
		Cà rốt	gram	5	30,000	150					khẩu hao
	Đậu rán sốt cà chua	Ngô ngọt	gram	9	65,000	585	60-62	161.00	nhân công	2,500	
		Cà chua	gram	10	45,000	450					NRB
	Canh cải nấu thịt	Đậu phụ	gram	80	25,000	2,000		18.00			
		Rau cải	gram	15	30,000	450					
	Susu xào cà rốt	Thịt xay	gram	2	160,000	320	45-50	8.00			
Sữa chua	Cà rốt	gram	5	30,000	150						
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm	Su su	gram	65	25,000	1,625						
Cộng thứ 4						23,510		859.00		4,500	28,010
Thứ 5 (06/04) thực đơn cbdd	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	110	18,000	1,980	200-210	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	gram	65	25,000	1,625	45-50	46.50	nhân công	2,500	
	Bắp cải xào thịt bò	Cà rốt	gram	5	30,000	150					khẩu hao
	Canh khoai tây	Thịt bò	gram	5	330,000	1,650	62.60	NRB	100		
		Cà rốt	gram	5	30,000	150					
	Dưa hấu	Khoai tây	gram	30	27,000	810	40-45	8.90			
		Hành lá	gram	1	55,000	55					
Sữa tươi	Xương	gram	10	45,000	450		80.00				
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm	Dưa hấu	gram	55	26,000	1,430						
Cộng thứ 5						23,500		703.40		4,500	28,000
Thứ 6 (07/04)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	110	18,000	1,980	200-210	412.00	ga	1,300	
	Thịt xay sốt cà chua	Cà chua	gram	8	30,000	240	40-45	180.00	lãi dự kiến	500	
		Thịt lợn	gram	60	160,000	9,600					khẩu hao
	Chả lợn	Chả lợn	gram	27	120,000	3,240	25	160.00	nhân công	2,500	
	Rau muống xào tỏi	Rau muống	gram	65	27,000	1,755	40-45	14.00	nhân công	2,500	
	Canh chua me	Me quả	gram	4.5	50,000	225		1.00	NRB	100	
	Bánh hura		gói	1	4,000	4,000		80.00			
	gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm					2,500					
Cộng thứ 6						23,540		847.00		4,500	28,040

\* Định lượng rau củ quả đã sơ chế

BAN GIÁM HIỆU NHÀ TRƯỜNG  
**TRƯỜNG TIỂU HỌC BỒ ĐỀ**  
 BỔ ĐỀ PHỤ HIỆU TRƯỞNG  
*Phạm Thị Thiên Hương*

CƠ SỞ CƠM LÂM

*Phạm Đại Lâm*