

# THỰC ĐƠN SUẤT ĂN BÀN 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 34 từ ngày 24/04/2023 đến 28/04/2023

Thứ	Thực đơn	Nguyên liệu	ĐVT	TP sống	DG/kg	Thành tiền	TP chín/hs	Kcal	Chi phí phụ		Tổng tiền/suất
									Chi phí phụ	Số	
Thứ 2 (24/04)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	110	18,000	1,980	200-210	412.00	ga	1,300	
	Thịt lợn dim mỡ	thịt lợn	gram	60	160,000	9,600	40-45	180.00	lãi dự kiến	500	
	Chà cá viên sốt cà chua	chà cá	gram	35	82,000	2,870	25-30	94.50	khẩu hao	100	
		cà chua	gram	8	30,000	240			nhân công	2,500	
	Rau muống xào tỏi	rau muống	gram	65	24,000	1,560	40-45	50.00	NRB	100	
	Canh chua me	me	gram	5	50,000	250		12.00			
	Sữa tươi	Sữa tươi	hộp	1	4,500	4,500		89.00			
	gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500				
Cộng thứ 2						23,500		837.50		4,500	28,000
Thứ 3 (25/04) TĐCBDD	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	110	18,000	1,980	200-210	412.00	ga	1,300	
	Thịt lợn kho trứng	Thịt lợn	gram	50	160,000	8,000	35-40	180.00	lãi dự kiến	500	
		Trứng gà	gram	35	50,000	1,750	25-30	18.00	khẩu hao	100	
	Su su, cà rốt xào thịt	Su su	gram	65	20,000	1,300	45-50	120.00	nhân công	2,500	
		Cà rốt	gram	5	30,000	150			NRB	100	
	Thịt gà	Thịt gà	gram	5	110,000	550					
		Bí xanh	gram	35	22,000	770					
	Canh bí xanh nấu xương	xương	gram	9	45,000	405					
		Hành	gram	1	55,000	55					
	Dưa hấu	dưa hấu	gram	55	28,000	1,540	40-42				
Sữa chua		hộp	1	4,500	4,500		48.00				
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 3						23,500		778.00		4,500	28,000
Thứ 4 (26/04)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	110	18,000	1,980	200-210	412.00	ga	1,300	
	Thịt lợn kho tàu	Thịt lợn	gram	60	160,000	9,600	40-45	180.00	lãi dự kiến	500	
	Đậu sốt cà chua	Đậu phụ	gram	80	25,000	2,000	60-62	131.00	khẩu hao	100	
		Cà chua	gram	9	30,000	270			nhân công	2,500	
	Khoai tây xào tỏi	Khoai tây	gram	65	25,000	1,625	40-45	93.40	NRB	100	
	Canh rau cải nấu thịt	Rau cải	gram	15	20,000	300		62.70			
		Thịt xay	gram	1.5	160,000	240					
	Bánh ruốc	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 4						23,515		959.10		4,500	28,015
Thứ 5 (27/04) thực đơn cbdd	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	110	18,000	1,980	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt gà kho khoai tây, cà rốt	thịt gà	gram	70	110,000	7,700	60-65	93.40	lãi dự kiến	500	
		Cà rốt	gram	5	30,000	150			khẩu hao	100	
	dưa hấu	Khoai tây	gram	30	25,000	750	35-40	46.50	nhân công	2,500	
		dưa hấu	gram	55	28,000	1,540			NRB	100	
	bắp cải xào thịt bò, cà rốt	bắp cải	gram	65	25,000	1,625	50-55				
		Cà rốt	gram	5	30,000	150					
	Thịt bò	Thịt bò	gram	5	280,000	1,400					
		bí đỏ	gram	33	23,000	759		62.60			
	canh bí đỏ nấu xương	Hành lá	gram	1	55,000	55					
Xương		gram	9	45,000	405						
Sữa tươi hoa quả	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						23,514		715.20		4,500	28,014
Thứ 6 (28/04)	Cơm rang thập cẩm	gạo tẻ	gram	110	18,000	1,980	250-310	580.00	ga	1,300	
		ngô ngọt	gram	12	60,000	720			lãi dự kiến	500	
		Cà rốt	gram	12	30,000	360			khẩu hao	100	
		Đậu cove	gram	12	36,000	432			nhân công	2,500	
		Thịt lợn	gram	20	160,000	3,200			NRB	100	
	Trứng ốp	Trứng gà	gram	70	55,000	3,850					
	Chả dim	Chả lợn	gram	27	140,000	3,780	20-22	175.60			
	Canh chua	Thịt lợn xay	gram	3	160,000	480					
		đọc mùng	gram	15	40,000	600					
		Cà chua	gram	10	30,000	300		18.00			
Hành lá		gram	1	55,000	55						
Sữa tươi Ba Vì	Me	gram	5	50,000	250						
	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						23,507		853.60		4,500	28,007

\* Định lượng rau củ quả đã sơ chế



CƠ SỞ CƠM LÂM

Phan Thị Liên