

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS NGỌC THỤY THÁNG 10/2023

Đơn giá 35.000đ/ Suất

	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sông	Chín	
	1. Thịt lợn kho tàu	80	55-60	
	2. Tôm lột rang sả	30	20-25	
	3. Su su, cà rốt xào	100	70-75	
	4. Canh nấm nấu thịt	30	250-300	
	5. Cơm gạo dẻo			
3 10/10/2023	1. Sườn thịt rim mắm tỏi	90	60-65	
	2. Trứng cút kho	5 quả	5 quả	
	3. Bắp cải, cà rốt xào	100	70-75	
	4. Canh bí xanh nấu xương	30	250-300	
	5. Cơm gạo dẻo			
4 11/10/2023	1. Thịt gà hầm hạt sen	120	65-70	
	2. Đậu tằm hành	100	70-75	
	3. Cải thảo, cà rốt xào	100	70-75	
	4. Canh bí đỏ nấu xương	30	250-300	
	5. Cơm gạo dẻo			
5 12/10/2023	1. Tôm nõn rim thịt	70	45-50	
	2. Chả lụa HVS sốt Maggi	40	38-40	
	3. Rau muống luộc trộn mắm	100	70-75	
	4. Canh rau muống nấu chua	30	250-300	
	5. Cơm gạo dẻo			
6 13/10/2023	1. Thịt luộc tâm Maggi	70	48-55	
	2. Thịt bò sốt vang	35+40	45-50	
	3. Cải ngọt xào	100	70-75	
	4. Canh chua nấu thịt thả giá	30	250-300	
	5. Cơm gạo dẻo			
	6. Tráng miệng: Sữa			

(Rau xào, rau canh công ty có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện khách quan)

Ngày gửi: 04/10/2023

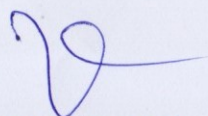
Hà Nội, Ngày.....Tháng.....năm 2023

Người lập

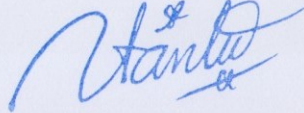
Bến trưởng

Chuyên viên dinh dưỡng

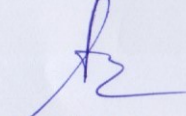
Đại diện nhà trường



Đoàn Thị Hinh



Nguyễn Xuân Trường



Trần Hà An