



THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS NGỌC THỤY THÁNG 11/2023

Đơn giá 35.000đ/ Suất

THỨ	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sông	Chín	
06/11/2023	1. Thịt viên mọc sốt cà chua 2. Trứng rán thịt, rau củ 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh đậu nấu cà chua thịt băm 5. Cơm gạo dẻo	80 1 quả + 3 100 30	55-60 40-45 70-75 250-300	
3 07/11/2023	1. Thịt gà hầm hạt sen 2. Xúc xích rim 3. Bắp cải, cà rốt xào 4. Canh củ quả nấu xương 5. Cơm gạo dẻo	120 40 100 30	65-70 38-40 70-75 250-300	
4 08/11/2023	1. Cá rô phi tẩm bột chiên 2. Thịt lợn hầm khoai tây cà rốt 3. Cải ngọt xào 4. Canh mùng tơi nấu tôm 5. Cơm gạo dẻo	70 35 + 40 100 30	45-50 45-50 70-75 250-300	
5 09/11/2023	1. Thịt lợn kho dứa 2. Tôm lột rang sả 3. Bí đỏ xào 4. Canh cải nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	80 30 100 30	55-60 25-30 70-75 250-300	
6 10/11/2023	1. Sườn, thịt rim tiêu 2. Đậu sốt nấm thịt 3. Bí xanh xào 4. Canh chua nấu thịt thả giá 5. Cơm gạo dẻo 6. Tráng miệng: Sữa	90 100 100 30	60-65 70-75 70-75 250-300 1 hộp	

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

Ngày gửi: 02/11/2023

Hà Nội, Ngày.....Tháng.....năm 2023

Người lập

Bến trưởng

Chuyên viên dinh dưỡng

Đại diện nhà trường

Đoàn Thị Hình

Nguyễn Xuân Trường

Trần Hà An