

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS NGỌC THỤY THÁNG 12/2023

	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sông	Chín	
2 25/12/2023	1. Cá ngừ sốt cà chua	67	50-55	
	2. Thịt lợn hầm khoai môn	70	50-55	
	3. Su su xào	100	70-75	
	4. Canh bắp cải nấu thịt	30	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
3 26/12/2023	1. Thịt gà hầm hạt sen	120	70-75	
	2. Xúc xích HVS kho	40	40-42	
	3. Giá đỗ cà rốt xào miến	75	70-75	
	4. Canh cải nấu thịt	30	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
4 27/12/2023	1. Sườn rang muối	90	65-70	
	2. Thịt lợn om ngô	70	50-55	
	3. Cải thảo xào	100	70-75	
	4. Canh dưa chua nấu xương	40	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
5 28/12/2023	1. Thịt bò hầm sả	75	60-65	
	2. Trứng chưng mỡ hành	Trứng	40-45	
	3. Bắp cải cà rốt xào	80	70-75	
	4. Canh chua nấu thịt	40	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
6 29/12/2023	1. Xôi thịt gà			
	- Thịt gà	120	65-70	
	- Xôi dẻo	160	230-250	
	2. Súp gà ngô non	50	220-250ml	
	3. Tráng miệng: Sữa			

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

Ngày gửi: 21/12/2023

Hà Nội, Ngày.....Tháng.....năm 2023

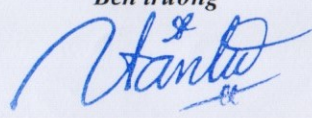
Người lập

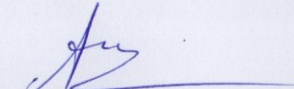
Bếp trưởng

Chuyên viên dinh dưỡng

Đại diện nhà trường


 Trần Thị Thu


 Nguyễn Xuân Trường


 Trần Hà An