

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS NGỌC THUY THÁNG 01/2024

	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sông	Chín	
	3. Học sinh nghỉ lễ			
3 02/01/2024	1. Thịt gà xào sả ớt 2. Chả nạc HVS rim mắm 3. Su hào, cà rốt xào 4. Canh cải nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	70 40 95 30 110	50-55 38-40 70-75 220-250ml 220-250	
4 03/01/2024	1. Thịt lợn sốt cà chua 2. Tôm rang sả 3. Bắp cải xào 4. Canh củ quả hầm xương 5. Cơm gạo dẻo	80 30 90 60 110	60-65 20-25 70-75 220-250ml 220-250	
5 04/01/2024	1. Sườn sốt dưa 2. Trứng chưng thịt 3. Cải thảo xào 4. Canh bí xanh nấu xương 5. Cơm gạo dẻo	90 Trứng+ thịt 100 50 110	65-70 40-45 70-75 220-250ml 220-250	
6 05/01/2024	1. Cơm rang thập cẩm 2. Tỏi gà chiên 3. Canh chua nấu thịt 4. Tráng miệng: Chuối	40 70 100	38-40 50-55 70-75	

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

Ngày gửi: 27/12/2023


Hà Nội, Ngày.....Tháng.....năm 2023

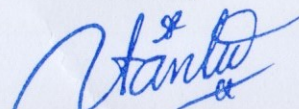
Người lập

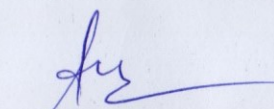
Bếp trưởng

Chuyên viên dinh dưỡng

Đại diện nhà trường


Trần Thị Thu


Nguyễn Xuân Trường


Trần Hà An