

THỰC ĐƠN SUẤT ĂN BÁN TRÚ TRƯỜNG TH NGỌC LÂM NĂM HỌC 2023 - 2024

Suất ăn 30.000đ trên một suất ăn đã bao gồm VAT và quà chiều

Thực đơn tuần 05 (từ ngày 02/10 đến 06/10 năm 2023)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống (gam/hs)	Đơn giá /Kg	Thành tiền	Thực phẩm chín/hs	Kcal	Chi phí phụ		Tổng tiền /suất
									Chi phí phụ	Số tiền	
Thứ 2 (02/10)	Thịt lợn quay ngũ vị	Thịt lợn	gram	75	160,000	12,000	50-52	180.00	Chất đốt	1,200	
	Muối vừng	Lạc rang	gram	20	90,000	1,800	18-20	115.0	Lãi dự kiến	400	
		Vừng rang	gram	2	100,000	200			Khấu hao	100	
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	65	25,000	1,625	45-52	22.0	Nhân công	3,400	
	Canh rau ngọt nấu thịt	Rau ngót lá	gram	10	40,000	400	210-220	16.0	NRB	100	
		Thịt lợn	gram	3	160,000	480					
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	20,000	2,400	210-240	412.0			
	Sữa trái cây Hà Nội milk	Sữa trái cây Hà Nội milk	hộp	1	5,000	5,000		80.0			
Gia giảm (gia vị: hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						3,000					
Cộng thứ 2						26,905		825.0		5,200	32,105
Thứ 3 (03/10)	Thịt gà sốt chua ngọt	Thịt gà	gram	80	95,000	7,600	52-55	210.0	Chất đốt	1,200	
	Chả nạc xào rau củ	Chả nạc	gram	12	140,000	1,680	30-35	120.0	Lãi dự kiến	400	
		Ngô ngọt hạt	gram	12	80,000	960			Khấu hao	100	
		Đỗ cove, cà rốt	gram	25	30,000	750			Nhân công	3,400	
		Rau muống xào	Rau muống	gram	65	25,000			1,625	40-45	14.0
	Canh chua dầm me	Me	gram	5	50,000	250	210-220	10.0			
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	20,000	2,400	210-240	412.0			
	Bánh mì cốm tươi	Bánh mì cốm tươi	bánh	1	5,000	5,000		80.0			
Gia giảm (gia vị: hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						4,000					
Cộng thứ 3						24,265		846.0		5,200	29,465



Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống (gam/hs)	Đơn giá /Kg	Thành tiền	Thực phẩm chín/hs	Kcal	Chi phí phụ		Tổng tiền /suất
									Chi phí phụ	Số tiền	
Thứ 4 (04/10)	Thịt lợn kho trứng cút	Thịt lợn	gram	40	160,000	6,400	40-45	250.0	Chất đốt	1,200	
		Trứng cút	quả	3	1,000	3,000			Lãi dự kiến	400	
	Cải bắp, cà rốt xào	Cải bắp, cà rốt	gram	65	25,000	1,625	45-52	22.0	Khấu hao	100	
	Canh bí xanh nấu thịt	Bí xanh	gram	30	25,000	500	210-220	20.0	Nhân công	3,400	
		Thịt lợn	gram	3	160,000	480			NRB	100	
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	70	30,000	2,100	60-65	22.0			
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	20,000	2,400	210-240	412.0			
	Sữa hộp IZZI	Sữa hộp IZZI	hộp	1	5,000	5,000		80.0			
Gia giảm (gia vị: hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						3,000					
Cộng thứ 4						24,505		806.0		5,200	29,705
Thứ 5 (05/10)	Cơm rang thập cẩm	Thịt lợn	gram	12	160,000	1,920	220-230	540.0	Chất đốt	1,200	
		Ngô ngọt hạt	gram	15	80,000	1,200			Lãi dự kiến	400	
		Đậu cove, cà rốt	gram	25	30,000	750			Khấu hao	100	
		Chà nạc	gram	10	140,000	1,400			Nhân công	3,400	
		Gạo tẻ	gram	140	20,000	2,800			NRB	100	
		Trứng gà	gram	8	62,000	496					
	Xúc xích chiên	Xúc xích	cái	1	8,000	8,000		90.0			
	Canh rau cải nấu thịt	Cải xanh	gram	30	25,000	750	210-220	20.0			
		Thịt lợn	gram	3	160,000	480					
	Sữa chua Vinamilk	Sữa chua Vinamilk	hộp	1	5,000	5,000		110.0			
Gia giảm (gia vị: hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						3,000					
Cộng thứ 5						25,796		760.0		5,200	30,996
Thứ 6 (06/10)	Học sinh nghỉ										
Cộng thứ 6						-				0	-



HIỆU TRƯỞNG
Nguyễn Thị Bích Huyền

Ban Bán Trú
[Signature]



GIÁM ĐỐC
Bùi Quang Hoàn