

**THỰC ĐƠN SUẤT ĂN BÁN TRƯ TRƯỜNG TIỂU HỌC BỒ ĐỀ NĂM HỌC 2022 - 2023**

Suất ăn 28.000đ trên một suất ăn đã bao gồm VAT và quà chiều

Thực đơn tuần 4 từ ngày 26/09/2022 đến 30/09/2022

Thứ	Thực đơn	Nguyên liệu	ĐVT	TP sống	ĐG/kg	Thành tiền	TP chín/hs	Kcal	Chi phí phụ		Tổng tiền/suất
									Chi phí phụ	Số tiền	
Thứ 2 (26/09)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	27,990
	Thịt lợn rán	Thịt lợn	gram	60	160,000	9,600	40-45	93.40	lãi dự kiến	500	
	Đậu sốt cà chua	Đậu phụ	gram	80	25,000	2,000	60-62	131.00	khẩu hao	100	
		Cà chua	gram	10	22,000	220			nhân công	2,500	
	Bắp cải, cà rốt xào	Bắp cải, cà rốt	gram	70	27,000	1,890	40-45	46.50	NRB	100	
	Canh rau ngót	Rau ngót	gram	5	60,000	300					
		Thịt xay	gram	2	160,000	320					
	Sữa chua		hộp	1	4,500	4,500		100.70			
gia giảm: gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 6						23,490		783.60	4,500		
Thứ 3 (27/09) TĐCBDD	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	27,990
	Chả cá kho thịt	Thịt lợn	gram	50	160,000	8,000	60-62	148.50	lãi dự kiến	500	
		chả cá	gram	30	82,000	2,460			khẩu hao	100	
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	55	28,000	1,540	40-42	8.90	nhân công	2,500	
	Susu xào thịt, cà rốt	Susu, cà rốt	gram	70	25,000	1,750	40-45	46.50	NRB	100	
		Thịt xay	gram	5	160,000	800					
		Thịt xay	gram	3	160,000	480					
	Canh chua thịt	Me	gram	3	50,000	150					
	Cà chua	gram	5	30,000	150						
Bánh bông lan nhỏ		hộp	1	3,500	3,500		100.70				
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 5						23,490		716.60	4,500		
Thứ 4 (28/09)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	28,030
	Thịt gà rang gừng	Thịt gà	gram	70	110,000	7,700	55-60	93.40	lãi dự kiến	500	
	Trứng rán	Trứng gà	gram	35	90,000	3,150	25-30	163.30	khẩu hao	100	
	Giá đỗ xào cà rốt	Giá đỗ	gram	60	21,000	1,260	50-52	62.60	nhân công	2,500	
		Cà rốt	gram	10	26,000	260			NRB	100	
	Canh bí đỏ	Bí đỏ	gram	35	30,000	1,050					
		Xương	gram	10	45,000	450					
	Sữa tươi		hộp	1	5,000	5,000					
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 4						23,530		731.30	4,500		
Thứ 5 (29/09) thực đơn cbdd	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	27,965
	Đậu rán thịt xay cà rốt	Thịt lợn	gram	55	160,000	8,800	80-90	180.00	lãi dự kiến	500	
		cà rốt + đậu	gram	50	25,000	1,250			89.00	khẩu hao	
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	55	26,000	1,430	40-42	62.50	nhân công	2,500	
	Canh rau cải	Rau cải	gram	15	35,000	525	25-27	50.55	NRB	100	
		khoai tây	gram	70	25,000	1,750			40-45		
		Thịt gà	gram	5	110,000	550					
	Bánh chocopie		chiếc	1	4,500	4,500					
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 5						23,465		794.05	4,500		
Thứ 6 (30/09)	Cơm rang thập cẩm	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	250-310	580.00	ga	1,300	28,010
		ngô ngọt	gram	10	65,000	650			lãi dự kiến	500	
		Cà rốt	gram	10	25,000	250			khẩu hao	100	
		Đậu cove	gram	10	40,000	400			nhân công	2,500	
		Xúc xích	gram	30	100,000	3,000			NRB	100	
	Trứng ốp	Thịt lợn	gram	25	160,000	4,000	30-35	175.60			
		Trứng gà	gram	40	90,000	3,600					
	Canh chua	Thịt lợn xay	gram	3	160,000	480	210-220				
		đọc mùng	gram	15	50,000	750					
		Me, Cà chua	gram	16	45,000	720		18.00			
Sữa tươi		hộp	1	5,000	5,000		80.00				
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 6						23,510		853.60	4,500		

\* Định lượng thực phẩm đã sơ chế

BAN GIÁM HIỆU NHÀ TRƯỜNG  
**TRƯỜNG TIỂU HỌC BỒ ĐỀ**  
 Hiệu trưởng  
 Phạm Thị Chiêm Hương

CƠ SỞ CƠM LÂM

Phạm Đại Lâm