

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN BÌNH KHIÊM THÁNG 04/2021**

Thứ	HỌC SINH	Định lượng TP ( gam)		GHI CHÚ
		Sống	Chín	
1 12/04/2021	1. Cá nưê viên thit chiên	60g	42-47g	
	2. Thịt lợn om ngô ngọt	45g + 30g ngô	42-47g	
	3. Cải ngọt xào	100g	60-65g	
	4. Canh bí xanh nấu xương			
	5. Cơm gạo dẻo			
3 13/04/2021	1. Thịt gà hầm sen nấm	80g	55-60g	
	2. Chả lụa rim	40g	35-40g	
	3. Bắp cải, cà rốt xào	100g	60-65g	
	4. Canh củ quả nấu xương			
	5. Cơm gạo dẻo			
4 14/04/2021	1. Thịt kho tàu	72g	47-52g	
	2. Trứng kho	1 quả	35-40g	
	3. Giá đỗ, cà rốt xào	85g	60-65g	
	4. Canh mùng tơi nấu tôm			
	5. Cơm gạo dẻo			
5 15/04/2021	1. Cơm rang thập cẩm	180g	150-180g	
	2. Tỏi gà chiên	1 chiếc	85-90g	
	3. Canh chua nấu xương			
6 16/04/2021	1. Thịt bò nhập khâu rim gừng	72g	55-60g	
	2. Đậu sốt cà chua	100g	45-50g	
	3. Bí đỏ xào tỏi	100g	60-65g	
	4. Canh dưa nấu xương			
	5. Cơm gạo dẻo			

(Rau xào, rau canh có thể điều chỉnh theo mùa hoặc do điều kiện khách quan)

Thực đơn gửi ngày:  
Người lập

Lưu Thu Hằng

25/03/2021

Đại diện phòng kỹ thuật chế biến món ăn

Nguyễn Tiên Thịnh

Bếp trưởng

Hà Nội, Ngày 01 Tháng 04 Năm 2021

Đại diện nhà trường

HIỆU TRƯỞNG



Võ Hương Lam

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN BÌNH KHIÊM THÁNG 04/2021**

THỨ	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sống	Chín	
19/04/2021	1. Thịt lợn viên lá lốt chiên 2. Trứng chung 3. Khoai tây xào 4. Canh bắp cải nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	72g 1 quả 100g	50-55g 35-40g 60-65g	
3 20/04/2021	1. Cá Basa file tẩm bột chiên 2. Giò lụa rim tiêu 3. Bắp cải xào 4. Canh củ quả nấu xương 5. Cơm gạo dẻo	62g 40g 100g	40-45g 35-40g 60-65g	
4 21/04/2021	Nghi lễ 10/3			
5 22/04/2021	1. Thịt gà sốt chua ngọt 2. Chả cá HVS chiên xù 3. Rau muống xào 4. Nước canh rau muống nấu chua 5. Cơm gạo dẻo	80g 40g 100g	55-60g 40-45g 60-65g	
6 23/04/2021	1. Bún mọc sườn	100g	75-80g	

(Rau xào, rau canh có thể điều chỉnh theo mùa hoặc do điều kiện khách quan)

Thực đơn gửi ngày:  
Người lập

25/03/2021

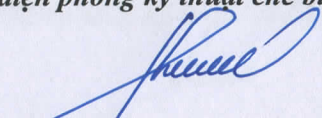
Đại diện phòng kỹ thuật chế biến món ăn

Bếp trưởng

Hà Nội, Ngày ..01.. Tháng ...4.. Năm 2021

Đại diện nhà trường

  
Lưu Thu Hằng

  
Nguyễn Tiến Thịnh

  
HIỆU TRƯỞNG  
  
Võ Hương Lam

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN BÌNH KHIÊM THÁNG 04/2021**



	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sống	Chín	
26/04/2021	1. Thịt gà xào sả ớt 2. Trứng rán hành 3. Khoai tây xào 4. Canh chua nẫu xương 5. Cơm gạo dẻo	70g + 10g rau củ 1 quả 100g	50-55g 35-40g 60-65g	
27/04/2021	1. Chả cá HVS chiên 2. Thịt lợn hầm củ quả 3. Bắp cải, cà rốt xào 4. Canh bí xanh nẫu xương 5. Cơm gạo dẻo	40g 58g + 30g rau củ 100g	40-42g 55-60g 60-65g	
28/04/2021	1. Thịt bò nhập khẩu om tiêu 2. Đậu phụ sốt cà chua 3. Cải ngọt xào 4. Canh mùng tơi nẫu tôm 5. Cơm gạo dẻo	72g 100g 100g	50-55g 45-50g 60-65g	
29/04/2021	1. Bún chả	95g	70-75g	
30/04/2021	Nghi lễ 30/4			

(Rau xào, rau canh có thể điều chỉnh theo mùa hoặc do điều kiện khách quan)

Thực đơn gửi ngày:  
Người lập

25/03/2021

Đại diện phòng kỹ thuật chế biến món ăn

Bếp trưởng

Hà Nội, Ngày 01... Tháng ...4... Năm 2021

Đại diện nhà trường

*Lưu Thu Hằng*  
Lưu Thu Hằng

*Nguyễn Tiên Thịnh*  
Nguyễn Tiên Thịnh



HIỆU TRƯỞNG

*Võ Hương Lam*  
Võ Hương Lam