

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS PHÚC ĐỒNG THÁNG 11/2022

Đơn giá 30.000đ/ Suất

	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sống	Chín	
21/11/2022	1 Thịt lợn rang hành	70	55-60	
	2 Trứng rán nấm thịt	Trứng+ nấm, thịt	35-40	
	3 Bí xanh xào	100	70-75	
	4 Canh dưa chua nấu thịt bò			
	5 Cơm gạo dẻo			
22/11/2022	1 Sườn, thịt xào chua ngọt	80	55-60	
	2 Đậu kho thịt băm	90	65-70	
	3 Bắp cải, cà rốt xào	100	70-75	
	4 Canh bí đỏ hầm xương			
	5 Cơm gạo dẻo			
23/11/2022	1 Cá rô phi tẩm bột chiên xù	55	40-45	
	2 Thịt lợn viên sốt cà chua	45	30-35	
	3 Cải ngọt xào	100	70-75	
	4 Canh chua nấu thịt			
	5 Cơm gạo dẻo			
24/11/2022	1 Mỹ tôm xào thịt bò rau cải			
	2 Mỹ tôm	100	100-150	
	3 Thịt bò rau cải	140	100-110	
	4 Canh cải nấu xương			
25/11/2022	1 Thịt gà lắc phô mai	60	40-45	
	2 Thịt lợn hầm khoai tây	70	40-45	
	3 Su hào, cà rốt xào	100	70-75	
	4 Canh bắp cải nấu thịt			
	5 Cơm gạo dẻo			

(Rau xào, rau canh công ty có thể thay đổi theo tuần do điều kiện thời tiết)

Thực đơn gửi ngày: 18 tháng 11 năm 2022

Đại diện phòng kỹ thuật chế biến món ăn

Người lập
Trần Thị Thu

Nguyễn Xuân Lự



Hà Nội, Ngày 18 tháng 11 năm 2022
Đại diện nhà trường

HIỆU TRƯỞNG
Dương Văn Tuyền