

THỰC ĐƠN CHI TIẾT TUẦN - ĐỊNH LƯỢNG CALO TUẦN 12/10 ĐẾN 16/10/2020
 Đơn giá: 28.000đ/suất chính (bao gồm VAT)

THỰC PHẨM
NGÔI SAO XANH
 ĐT: 043.5576051 - 043.5576038

THỰC PHẨM
NGÔI SAO XANH
 ĐT: 043.5576051

| Tên món ăn | Lượng (kg) | Thành phẩm (kg) | Giá Tiền | Thành tiền | ĐL Kcalo | Chi phí khác | Số tiền | Thuế | ĐGBQ/suất |
|-------------------------------|------------|-----------------|----------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Thứ 2 | | | | | | | | | |
| Cá basa file tôm bột chiên xù | 0.085 | 0.06-0.08 | 120,000 | 10,200 | 220 | Vận chuyển | 2,000 | | |
| Chả nạc rim tiêu | 0.035 | 0.025-0.03 | 150,000 | 5,250 | 95 | | | | |
| Rau cải ngọt xào | 0.090 | 0.035-0.04 | 35,000 | 3,150 | 60 | | | | |
| canh rau ngót nấu thịt | 0.04 | 0.22-0.25 | 25,000 | 1,000 | 18 | | | | |
| thịt nấu canh | 0.02 | 0.01 | 60,000 | 1,200 | 480 | | | | |
| Gạo dẻo | 0.150 | 0.20 - 0.240 | 18,000 | 2,700 | 50 | | | | |
| Gia vị nấu (tạm tính) | | | | 700 | | | | | |
| Gas + điện ,nước (T.tính) | | | | 400 | | | | | |
| Tổng | | | | 24,600 | 923 | | 2,000 | 1,400 | 28,000 |
| Thứ 3 | | | | | | | | | |
| Gà rang gừng | 0.120 | 0.07-0.09 | 110,000 | 13,200 | 147 | Vận chuyển | 2,000 | | |
| Trứng cuốn hành | 0.07 | 0.04-0.045 | 60,000 | 4,200 | 135 | | | | |
| Rau muống xào tỏi | 0.060 | 0.035-0.04 | 20,000 | 1,200 | 77 | | | | |
| Canh nước dầm chua | 0.04 | 0.22-0.25 | 30,000 | 1,200 | 18 | | | | |
| Quả sấu chua | 0.02 | 0.01 | 35,000 | 700 | 480 | | | | |
| Gạo dẻo | 0.150 | 0.20 - 0.240 | 18,000 | 2,700 | 50 | | | | |
| Gia vị nấu (tạm tính) | | | | 650 | | | | | |
| Gas,điện,nước (T .tính) | | | | 750 | | | | | |
| Tổng | | | | 24,600 | 907 | | 2,000 | 1,400 | 28,000 |
| Thứ 4 | | | | | | | | | |
| Bò lợn xào lúc lắc | 0.110 | 0.085-0.100 | 120,000 | 13,200 | 220 | Vận chuyển | 2,000 | | |
| Chả cá viên chiên xù | 0.05 | 0.025-0.03 | 70,000 | 3,500 | 33 | | | | |
| Rau cải ngọt xào | 0.080 | 0.035-0.04 | 35,000 | 2,800 | 60 | | | | |
| canh mùnng toi nấu vị tôm | 0.04 | 0.22-0.25 | 25,000 | 1,000 | 18 | | | | |
| bột canh tôm | 0.02 | 0.01 | 20,000 | 400 | 480 | | | | |
| Gạo dẻo | 0.150 | 0.20 - 0.240 | 18,000 | 2,700 | 50 | | | | |
| Gia vị nấu (tạm tính) | | | | 280 | | | | | |
| Gas,điện,nước (T .tính) | | | | 720 | | | | | |

| | Tổng | | | | | 24,600 | 861 | | 2,000 | 1,400 | 28,000 | |
|--------------|------------------------------|-------|--------------|---------|---------------|---------------|--------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Thứ 5 | Cá rô file chiên giòn | 0.085 | 0.06-0.08 | 120,000 | | 10,200 | 220 | Vận chuyển | 2,000 | | | |
| | đậu rán sốt cà chua | 0.08 | 0.04-0.05 | 60,000 | | 4,800 | 195 | | | | | |
| | Bắp cải xào | 0.080 | 0.035-0.04 | 25,000 | | 2,000 | 60 | | | | | |
| | canh dưa nấu xương | 0.05 | 0.22 - 0.25 | 25,000 | | 1,250 | 35 | | | | | |
| | xương nấu canh | 0.02 | 0.01 | 110,000 | | 2,200 | | | | | | |
| | Gạo dẻo | 0.150 | 0.20 - 0.240 | 18,000 | | 2,700 | 480 | | | | | |
| | Gia vị nấu (tạm tính) | | | | | 800 | 50 | | | | | |
| | Gas,điện,nước (T .tính) | | | | | 650 | | | | | | |
| | Tổng | | | | | 24,600 | 1,040 | | | 2,000 | 1,400 | 28,000 |
| | | | | | | | | | Vận chuyển | 2,000 | | |
| Thứ 6 | Mỳ xào gà rau cải | | | | | | | | | | | |
| | Mỳ xào | 0.100 | 0.08-0.095 | 35,000 | | 3,500 | 95 | | | | | |
| | Gà xào | 0.06 | 0.025-0.03 | 100,000 | | 6,000 | 480 | | | | | |
| | cải ngọt xào | 0.050 | 0.035-0.04 | 35,000 | | 1,750 | 65 | | | | | |
| | Khoai tây chiên | 0.050 | 0.05-0.07 | 45,000 | | 2,250 | 75 | | | | | |
| | Xúc xích chiên | 0.025 | 0.02-0.025 | 90,000 | | 2,250 | 28 | | | | | |
| | canh chua thả giá nấu thịt | 0.04 | 0.22 - 0.25 | 35,000 | | 1,400 | 52 | | | | | |
| | thịt nấu canh | 0.04 | 0.01 | 150,000 | | 6,000 | 50 | | | | | |
| | Gia vị nấu (tạm tính) | | | | | 550 | | | | | | |
| | Gas,điện,nước (T .tính) | | | | | 900 | | | | | | |
| Tổng | | | | | 24,600 | 845 | | | 2,000 | 1,400 | 28,000 | |

HÀM
) XANH
- 043.5576038

Ghi chú: Rau, củ quả có thể thay đổi theo nhu cầu và khẩu vị của quý nhà trường, khuyến cáo nên dùng loại rau đúng màu vụ
Thực đơn được thay đổi theo tuần và chuyển quý nhà trường vào đầu tuần nên phân định mức chín chỉ là tương đối.
Định lượng sống đúng theo định mức quy định, nhưng định lượng chín có thể xê dịch do hao hụt khi nấu lên