



THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS NGỌC THỤY THÁNG 05/2024

	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sông	Chín	
2 13/5/2024	1. Sườn thịt kho tiêu	90	70-75	
	2. Đậu phụ tằm hành	90	65-70	
	3. Khoai tây xào	95	70-75	
	4. Canh mồng tơi nấu tôm	30	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
3 14/5/2024	1. Thịt bò kho gừng sả	80	60-65	
	2. Trứng kho	1 quả	1 quả	
	3. Giá đỗ cà rốt xào	70	65-70	
	4. Canh bí xanh nấu xương	50	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
4 15/5/2024	1. Cá basa tẩm bột chiên	65	45-50	
	2. Thịt băm rang hành thơm	50	40-45	
	3. Rau muống xào	97	70-75	
	4. Nước canh rau muống nấu chua	7	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
5 16/5/2024	1. Thịt gà sốt chua ngọt	120	70-75	
	2. Xúc xích HVS rim tiêu	40	40-42	
	3. Bắp cải xào	92	70-75	
	4. Canh bầu nấu thịt	50	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
6 17/5/2024	1. Cơm rang thập cẩm	170	270-300	
	2. Tỏi gà chiên	1 cái	1 cái	
	3. Canh chua nấu thịt	40	220-250ml	
	4. Tráng miệng: Bánh			

(Rau xào, rau canh công ty có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện khách quan)

Ngày gửi: 9/5/2024

Hà Nội, Ngày.....Tháng.....năm 2023

Người lập

Bên trường

Chuyên viên dinh dưỡng

Đại diện nhà trường

Ngô Thị Toán

Nguyễn Xuân Trường

Trần Hà An