

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

	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sông	Chín	
2 6/5/2024	1. Thịt gà rim gừng	120	70-75	
	2. Mắm tép chưng thịt	50	30-35	
	3. Bí xanh xào	100	70-75	
	4. Canh cải nấu thịt	30	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
3 7/5/2024	1. Cá Diêu Hồng tẩm bột chiên	60	42-47	
	2. Thịt băm rang mộc nhĩ	50	35-40	
	3. Rau muống xào	97	70-75	
	4. Nước canh rau muống nấu chua	7	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
4 8/5/2024	1. Sườn sốt chua ngọt	90	70-75	
	2. Trứng đảo thịt	Trứng, thịt	40-45	
	3. Cải ngọt xào	90	70-75	
	4. Canh chua nấu thịt	40	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
5 9/5/2024	1. Thịt lợn rim mắm hành	80	60-65	
	2. Đậu rán sốt cà chua thịt băm	90	65-70	
	3. Bí đỏ xào	100	70-75	
	4. Canh mồng toi nấu tôm	30	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
6 10/5/2024	1. Thịt bò sốt tiêu	70	50-55	
	2. Xúc xích HVS thái miếng chiên	40	38-40	
	3. Bắp cải xào	92	70-75	
	4. Canh thịt đậu nấu cà chua	40	220-250ml	
	5. Cơm gạo dẻo	110	220-250	
	6. Tráng miệng: Sữa			

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

Ngày gửi: 2/5/2024

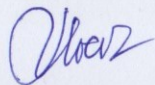
Hà Nội, Ngày.....Tháng.....năm 2023

Người lập

Bên trường

Chuyên viên dinh dưỡng

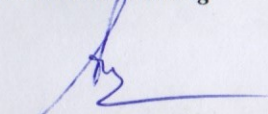
Đại diện nhà trường



Ngô Thị Toán



Nguyễn Xuân Trường



Trần Hà An