

THỰC ĐƠN SUẤT ẨM BÁN TRÚ TRƯỜNG TH NGỌC LÂM NĂM HỌC 2024 - 2025

Suất ăn 32.000đ trên một suất ăn đã bao gồm VAT và quà chiều

Thực đơn tuần 04 (từ ngày 30/09 đến 04/10 năm 2024)

Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống (gam/hs)	Đơn giá /Kg	Thành tiền	Thực phẩm chín/hs	Kcal	Chi phí phụ		Tổng tiền /suất
									Chi phí phụ	Số tiền	
Thứ 2 (30/09)	Thịt lợn rang hành	Thịt lợn	gram	78	180,000	14,040	50-55	133.0	Chất đốt	1,200	
	Muối vừng	Lạc rang	gram	27	90,000	2,430	26-27	160.0	Lãi dự kiến	400	
		Vừng rang	gram	3	100,000	300			Khấu hao	100	
	Cải thảo, cà rốt xào	Cải thảo, cà rốt	gram	75	25,000	1,875	50-52	13.0	Nhân công	3,900	
	Canh bí đỏ nấu thịt	Bí đỏ	gram	30	25,000	750	220-240	15.0	NRB	100	
		Thịt lợn	gram	2	180,000	360					
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	20,000	2,400	210-240	412.0			
	Sữa chua Vinamilk	Sữa chua Vinamilk	hộp	1	5,000	5,000		110.0			
Gia giảm (gia vị: hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						2,000					
Cộng thứ 2						29,155		843.0		5,700	34,855
Thứ 3 (01/10)	Thịt gà rang gừng	Thịt gà	gram	90	95,000	8,550	50-60	150.0	Chất đốt	1,200	
	Đậu mơ tâm hành	Đậu phụ	gram	70	25,000	1,750	45-50	70.0	Lãi dự kiến	400	
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt	gram	70	25,000	1,750	50-52	15.0	Khấu hao	100	
	Canh rau cải nấu thịt	Cải xanh	gram	30	25,000	750	220-240	15.0	Nhân công	3,900	
		Thịt lợn	gram	2	180,000	360			NRB	100	
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	20,000	2,400	210-240	412.0			
	Bánh mì cốm tươi	Bánh mì cốm tươi	bánh	1	5,000	5,000		80.0			
	Gia giảm (gia vị: hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						4,000				
Cộng thứ 3						24,560		742.0		5,700	30,260
Thứ 4 (02/10)	Thịt lợn kho trứng cút	Thịt lợn	gram	45	180,000	8,100	50-55	160.0	Chất đốt	1,200	
		Trứng cút	quả	3	1,000	3,000			Lãi dự kiến	400	
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	80	30,000	2,400	60-65	24.0	Khấu hao	100	
	Cải bắp, cà rốt xào	Cải bắp, cà rốt	gram	70	25,000	1,750	50-52		Nhân công	3,900	
	Canh bí xanh nấu thịt	Bí xanh	gram	30	25,000	750	220-240	15.0	NRB	100	
		Thịt lợn	gram	2	180,000	360					
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	20,000	2,400	220-240	412.0			
	Sữa hộp Hà Nội milk	Sữa hộp Hà Nội milk	hộp	1	5,500	5,500		80.0			
Gia giảm (gia vị: hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						3,000					
Cộng thứ 4						27,260		691.0		5,700	32,960



Thứ	Thực đơn	Chi tiết	ĐVT	TP sống (gam/hs)	Đơn giá /Kg	Thành tiền	Thực phẩm chín/hs	Kcal	Chi phí phụ		Tổng tiền /suất
									Chi phí phụ	Số tiền	
Thứ 5 (03/10)	Chả cốm chiên + sốt tương cà	Chả cốm	gram	55	180,000	9,900	40-45	109.0	Chất đốt	1,200	
		Sốt tương cà	gram	10	80,000	800					
	Thịt gà xào ngũ sắc	Thịt gà	gram	15	95,000	1,425	35-40	70.0	Lãi dự kiến	400	
		Ngô ngọt hạt	gram	12	80,000	960					
		Cove, cà rốt	gram	27	30,000	810					
	Rau muống xào	Rau muống	gram	70	25,000	1,750	45-50	14.0	NRB	100	
	Canh chua dầm me	Me	gram	5	50,000	250	220-240	10.0			
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	20,000	2,400	210-240	412.0			
	Bánh Kinh Đô	Bánh Kinh Đô	bánh	1	5,000	5,000		80.0			
	Gia giảm (gia vị: hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						3,000				
Cộng thứ 5						26,295	695.0		5,700	31,995	
Thứ 6 (04/10)	Cơm rang thập cẩm	Thịt lợn	gram	13	180,000	2,340	220-230	540.0	Chất đốt	1,200	
		Ngô ngọt hạt	gram	10	80,000	800					
		Đậu cove, cà rốt	gram	30	30,000	900					
		Chả nạc	gram	15	150,000	2,250					
		Gạo tẻ	gram	130	20,000	2,600					
		Trứng gà	gram	8	62,000	496					
	Xúc xích chiên	Xúc xích	cái	1	8,000	8,000		90.0			
	Canh thịt nấu chua	Thịt lợn	gram	2	180,000	360	210-240	13.0			
		Cà chua, me	gram	10	50,000	500					
	Kem Caramen Hoa Sữa	Kem Caramen Hoa Sữa	hộp	1	5,000	5,000		110.0			
Gia giảm (gia vị: hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						3,000					
Cộng thứ 6						26,246	753.0		5,700	31,946	



PHÓ HIỆU TRƯỞNG
Đào Thị Phương Hoa

Ban Bán Trú

Đào Thị Kim Nhung



PHÓ GIÁM ĐỐC
Nguyễn Thị Vân