

THỰC ĐƠN SUẤT ĂN BÁN TRÚ TRƯỜNG TH NGỌC LÂM NĂM HỌC 2022 - 2023

Suất ăn 30.000đ trên một suất ăn đã bao gồm VAT và quà chiều

Thực đơn tuần 30 (từ ngày 10/04 đến 14/04 năm 2023)

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 (10/04)	Thịt lợn quay sốt ngũ vị	Thịt lợn	gram	70	160,000	11,200	50-55	180.0	Chất đốt	1,400	
	Muối vừng	Lạc rang	gram	22	90,000	1,980	18-20	115.0	Lãi dự kiến	400	
		Vừng rang	gram	2	100,000	200			Khấu hao	100	
	Su su, cà rốt xào	Su su, cà rốt xào	gram	65	25,000	1,625	60-65	22.0	Nhân công	3,200	
	Canh cải xanh nấu thịt	Cải xanh	gram	30	25,000	750	210-220	20.0	NRB	100	
		Thịt lợn	gram	3	160,000	480					
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.0			
	Sữa hộp Mộc Châu	Sữa hộp Mộc Châu	hộp	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 2						26,395		829.0		5,200	31,595
Thứ 3 (11/04)	Giò chả rim tiêu	Giò chả nạc	gram	50	140,000	7,000	50-52	167.0	Chất đốt	1,400	
	Ruốc thịt lợn	Thịt lợn	gram	30	160,000	4,800	8-10	75.0	Lãi dự kiến	400	
	Cải ngọt xào	Cải ngọt	gram	65	25,000	1,625	38-40	14.0	Khấu hao	100	
	Canh mùng toi nấu bột tôm	Mùng toi	gram	30	25,000	750	210-220	12.0	Nhân công	3,200	
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.0	NRB	100	
	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....)						4,000				
Cộng thứ 3						25,335		790.0		5,200	30,535
Thứ 4 (12/04)	Thịt lợn kho trứng cút	Thịt lợn	gram	40	160,000	6,400	40-45	250.0	Chất đốt	1,400	
		Trứng cút	quả	3	1,000	3,000			Lãi dự kiến	400	
	Bắp cải hành tây xào	Bắp cải, hành tây	gram	65	25,000	1,625	40-45	23.0	Khấu hao	100	
	Chuối tiêu	Chuối tiêu	quả	1	2,500	2,500	70-75	90.0	Nhân công	3,200	
	Canh bí đỏ nấu thịt	Bí đỏ	gram	30	25,000	750	210-220	20.0	NRB	100	
		Thịt lợn	gram	3	160,000	480					
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	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....)						4,000					
Cộng thứ 4						25,915		905.0		5,200	31,115

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 (13/04)	Thịt gà kho sả	Thịt gà	gram	80	95,000	7,600	52-55	110.0	Chất đốt	1,400	
	Đậu rán tằm hành	Đậu phụ	gram	65	25,000	1,625	45-50	70.0	Lãi dự kiến	400	
	Cải thảo, cà rốt xào	Cải thảo, cà rốt	gram	65	25,000	1,625	40-45	26.0	Khấu hao	100	
	Canh bí xanh hầm xương gà	Bí xanh	gram	30	25,000	750	210-220	12.0	Nhân công	3,200	
		Xương gà	gram	5	50,000	250			NRB	100	
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.0			
	Bánh mì socola Hải Châu	Bánh mì socola Hải Châu	bánh	1	4,000	4,000		80.0			
	Gia giảm (gia vị: hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, mắm muối, bột canh....)						5,000				
Cộng thứ 5						23,010		710.0		5,200	28,210
Thứ 6 (14/04)	Cá rô file chiên giòn	Cá rô file	gram	52	180,000	9,360	52-55	70.0	Chất đốt	1,400	
	Xúc xích xào ngũ sắc	Xúc xích	gram	15	150,000	2,250	20-22	90.0	Lãi dự kiến	400	
		Cà rốt	gram	5	25,000	125			Khấu hao	100	
		Ngô hạt	gram	10	80,000	800			Nhân công	3,200	
		Đỗ cove	gram	15	30,000	450			NRB	100	
		Rau muống xào	Rau muống	gram	70	25,000			1,750	40-45	14.0
	Canh chua dầm me	Me	gram	5	50,000	250	210-220	10.0			
	Cơm trắng	Gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.0			
	Sữa hộp Hà Nội milk	Sữa hộp Hà Nội milk	hộp	1	5,000	5,000		80.0			
Cộng thứ 6						22,145		676.0		5,200	27,345



THẠC TRƯỞNG
Nguyễn Thị Bích Huyền

Ban Bán Trú

Trần Thị Kim Quy



GIÁM ĐỐC
Bùi Quang Hoàn