

**THỰC ĐƠN SUẤT ĂN BÁN TRÚ TRƯỜNG TIỂU HỌC BỒ ĐỀ NĂM HỌC 2022 - 2023**

Suất ăn 28.000đ trên một suất ăn đã bao gồm VAT và quà chiều

Thực đơn tuần 6 từ ngày 10/10/2022 đến 14/10/2022

Thứ	Thực đơn	Nguyên liệu	ĐVT	TP sống	ĐG/kg	Thành tiền	TP chín/hs	Kcal	Chi phí phụ		Tổng tiền/suất
									Chi phí phụ	Số tiền	
Thứ 2 (10/10)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt băm dim mắm	Thịt lợn	gram	60	160,000	9,600	40-45	180.00	lãi dự kiến	500	
	Đậu sốt cà chua	Đậu phụ	gram	80	25,000	2,000	60-62	131.00	khấu hao	100	
	Khoai tây xào tỏi	Khoai tây	gram	70	27,000	1,890	50-55	93.40	nhân công	2,500	
	Canh rau ngót	Rau ngót	gram	5	60,000	300		62.70	NRB	100	
	Sữa tươi zinkit	Sữa tươi zinkit	hộp	1	5,000	5,000		80.00			
	gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500				
Cộng thứ 2						23,450		959.10		4,500	27,950
Thứ 3 (11/10) TĐCBDD	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt gà kho khoai tây	thịt gà	gram	70	110,000	7,700		93.40	lãi dự kiến	500	
	dưa hấu	Khoai tây	gram	35	27,000	945		8.90	khấu hao	100	
	bắp cải xào thịt bò	dưa hấu	gram	55	25,000	1,375			nhân công	2,500	
		bắp cải	gram	70	27,000	1,890		46.50	NRB	100	
	canh bí xanh nấu xương	Thịt bò	gram	5	290,000	1,450					
	sữa chua	bí xanh	gram	35	30,000	1,050		62.60			
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						4,500		100.70			
Cộng thứ 3						23,570		724.10		4,500	28,070
Thứ 4 (12/10)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt lợn sốt cà chua	thịt lợn	gram	60	160,000	9,600		180.00	lãi dự kiến	500	
	Chả cá viên rán	chả cá	gram	35	85,000	2,975			khấu hao	100	
	Rau muống xào tỏi	rau muống	gram	70	28,000	1,960		117.00	nhân công	2,500	
	Canh chua me	me	gram	5	55,000	275		12.00	NRB	100	
	Bánh chocopie	bánh chocopie	hộp	1	4,000	4,000					
	gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500				
Cộng thứ 4						23,470		721.00		4,500	27,970
Thứ 5 (13/10) thực đơn cbdd	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt lợn kho trứng	Thịt lợn	gram	55	160,000	8,800	40-45	180.00	lãi dự kiến	500	
		Trứng gà	gram	35	50,000	1,750		18.00	khấu hao	100	
	Cải ngọt xào giá đỗ, cà rốt	cải, giá, cà rốt	gram	60	22,000	1,320	35-40	9.00	nhân công	2,500	
	Canh bí đỏ nấu thịt	Bí đỏ	gram	35	22,000	770		8.90	NRB	100	
	Dưa hấu	Thịt lợn	gram	2	160,000	320	210-220	100.70			
	Sữa chua	dưa hấu	gram	55	25,000	1,375	40-42				
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						4,500					
Cộng thứ 5						23,495		728.60		4,500	27,995
Thứ 6 (14/10)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt gà rán ngũ vị	Thịt gà lọc xương	gram	70	110,000	7,700	50-55	93.40	lãi dự kiến	500	
	Chả lợn dim mắm	chả lợn	gram	35	130,000	4,550	35	110.00	khấu hao	100	
	Susu xào cà rốt	susu, cà rốt	gram	70	24,000	1,680	45-50	46.50	nhân công	2,500	
	Canh rau cải	rau cải	gram	15	26,000	390	25-27	62.60	NRB	100	
	Sữa tươi hoa quả	sữa tươi	hộp	1	4,500	4,500		80.00			
	gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500				
Cộng thứ 6						23,480		804.50		4,500	27,980

\* Định lượng rau củ quả đã sơ chế

**BAN GIÁM HIỆU NHÀ TRƯỜNG**  
**TRƯỜNG TIỂU HỌC BỒ ĐỀ**  
 GIÁM HIỆU TRƯỞNG  
*Bùi Chi Chiên Hương*

CƠ SỞ CƠM LẮM

*Phạm Đại Lâm*  
 Phạm Đại Lâm