

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 5 từ ngày 03/10 đến 07/10

Thứ	Thực đơn	Nguyên liệu	ĐVT	TP số	ĐG/kg	Thành tiền	TP phút/hs	Kcal	Chi phí phụ		Tổng tiền/suất
									Chi phí phụ	Số tiền	
Thứ 2 (03/10)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt xay xốt cà chua	Thịt lợn	gram	60	160,000	9,600	40-45	180.00	lãi dự kiến	500	
	Chả lợn	Chả lợn	gram	30	120,000	3,600	25	160.00	khẩu hao	100	
	Rau muống xào tỏi	Rau muống	gram	70	20,000	1,400	42-45	14.00	nhân công	2,500	
	Canh chua me	Me quả	gram	5	45,000	225		1.00	NRB	100	
	Caramen	caramen	hộp	1	4,000	4,000		80.00			
	gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm					2,500					
	Cộng thứ 2					23,485		847.00		4,500	27,985
Thứ 3 (04/10) TĐCBDD	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt gà rang gừng	Thịt gà CN	gram	70	110,000	7,700	50-55	93.40	lãi dự kiến	500	
	Bắp cải xào thịt bò	Bắp cải, cà rốt	gram	70	25,000	1,750	45-50	46.50	khẩu hao	100	
		Thịt bò	gram	5	290,000	1,450			nhân công	2,500	
	Canh khoai tây	Khoai tây	gram	35	25,000	875	25-27	62.60	NRB	100	
		Xương	gram	10	40,000	400					
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	60	28,000	1,680	40-45	8.90			
	Bánh ruốc bibica		gói	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 3					23,515		703.40		4,500	28,015	
Thứ 4 (05/10)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt băm ngô ngọt, cà rốt	Thịt lợn xay	gram	60	160,000	9,600	55-60	180.00	lãi dự kiến	500	
		Ngô ngọt, cà rốt	gram	10	50,000	500			khẩu hao	100	
	Đậu rán xốt cà chua	Đậu phụ	gram	70	25,000	1,750	60-62	161.00	nhân công	2,500	
	Canh cải nấu thịt	Rau cải	gram	15	30,000	450		18.00	NRB	100	
		Thịt xay	gram	2	160,000	320					
	Susu xào cà rốt	Su su	gram	70	25,000	1,750	40-45	8.00			
	Sữa chua		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 4					23,530		859.00		4,500	28,030	
Thứ 5 (06/10) thực đơn cbdd	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt kho trứng	Thịt lợn	gram	55	160,000	8,800	70-75	180.00	lãi dự kiến	500	
		Trứng gà	gram	35	50,000	1,750			khẩu hao	100	
	Khoai tây xào thịt	Khoai tây	gram	60	27,000	1,620	55-60	50.35	nhân công	2,500	
		Thịt gà xay	gram	6	110,000	660		62.70	NRB	100	
	Canh rau ngót	Rau ngót	gram	5	50,000	250					
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	60	26,000	1,560	40-45	8.90			
	Bánh bông lan ruốc		gói	1	4,200	4,200		100.70			
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm					2,500						
Cộng thứ 5					23,500		814.65		4,500	28,000	
Thứ 6 (07/10)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt gà rán ngũ vị	Thịt gà cn	gram	70	110,000	7,700	50-55	93.40	lãi dự kiến	500	
	Chả cá viên	Chả cá	gram	35	82,000	2,870	25-27		khẩu hao	100	
	Bắp cải xào cà rốt	Bắp cải, cà rốt	gram	70	25,000	1,750	45-50	46.50	nhân công	2,500	
	Canh bí xanh	Xương	gram	10	45,000	450			NRB	100	
		Bí đao	gram	35	30,000	1,050	25-27	62.60			
	Sữa tươi tiệt trùng		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 6					23,480		694.50		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 Thị Thiên Hương

CƠ SỞ CƠM LẮM

Phạm Thị Liên