

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 11 từ ngày 14/11/2022 đến 18/11/2022

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 (14/11)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt lợn rang hành	Thịt lợn	gram	60	160,000	9,600	40-45	93.40	lãi dự kiến	500	
	Đậu sốt cà chua	Đậu phụ	gram	80	25,000	2,000	60-62	131.00	khẩu hao	100	
		Cà chua	gram	10	22,000	220			nhân công	2,500	
	Bắp cải, cà rốt xào	Bắp cải, cà rốt	gram	70	27,000	1,890	40-45	46.50	NRB	100	
	Canh rau ngót	Rau ngót	gram	5	60,000	300					
		Thịt xay	gram	2	160,000	320					
Sữa chua		hộp	1	4,500	4,500		100.70				
gia giảm: gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 6						23,490		783.60		4,500	27,990
Thứ 3 (15/11) TĐCBDD	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Chả cá kho thịt	Thịt lợn	gram	50	160,000	8,000	60-62	148.50	lãi dự kiến	500	
		chả cá	gram	30	82,000	2,460			khẩu hao	100	
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	55	28,000	1,540	40-42	8.90	nhân công	2,500	
	Susu xào thịt, cà rốt	Susu, cà rốt	gram	70	25,000	1,750	40-45	46.50	NRB	100	
		Thịt xay	gram	5	160,000	800					
	Canh chua thịt	Thịt xay	gram	3	160,000	480					
		Me	gram	3	50,000	150					
	Cà chua	gram	5	30,000	150						
Bánh bông lan nhỏ		hộp	1	3,500	3,500		100.70				
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 5						23,490		716.60		4,500	27,990
Thứ 4 (16/11)	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Thịt gà rang gừng	Thịt gà	gram	70	110,000	7,700	55-60	93.40	lãi dự kiến	500	
	Trứng rán	Trứng gà	gram	35	90,000	3,150	25-30	163.30	khẩu hao	100	
	Giá đỗ xào cà rốt	Giá đỗ	gram	60	21,000	1,260	50-52	62.60	nhân công	2,500	
		Cà rốt	gram	10	26,000	260			NRB	100	
	Canh bí đỏ	Bí đỏ	gram	35	30,000	1,050					
		Xương	gram	10	45,000	450					
Sữa tươi		hộp	1	5,000	5,000						
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 4						23,530		731.30		4,500	28,030
Thứ 5 (17/11) thực đơn cbdd	Cơm trắng	gạo tẻ	gram	120	18,000	2,160	210-240	412.00	ga	1,300	
	Đậu rán thịt xay cà rốt	Thịt lợn	gram	55	160,000	8,800	80-90	180.00	lãi dự kiến	500	
		cà rốt + đậu	gram	50	25,000	1,250			89.00	khẩu hao	100
	Dưa hấu	Dưa hấu	gram	55	26,000	1,430	40-42	62.50	nhân công	2,500	
	Canh rau cải	Rau cải	gram	15	35,000	525	25-27	50.55	NRB	100	
	Khoai tây xào thịt gà	khoai tây	gram	70	25,000	1,750	40-45				
		Thịt gà	gram	5	110,000	550					
Bánh bông lan rau củ		chiếc	1	4,500	4,500						
gia giảm : gia vị, hành, tỏi, dầu ăn, mì chính, hạt nêm, nước mắm						2,500					
Cộng thứ 5						23,465		794.05		4,500	27,965
Thứ 6 (18/11)	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	50-55	180.00	lãi dự kiến	500	
	Xúc xích chiên	xúc xích	gram	35	85,000	2,975	40-45	117.00	khẩu hao	100	
	Rau muống xào tỏi	rau muống	gram	60	25,000	1,500	50-55	12.00	nhân công	2,500	
	Canh chua me	me	gram	5	50,000	250			NRB	100	
	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						23,485		801.00		4,500	27,985

* Định lượng rau củ quả đã sơ chế

BAN GIÁM HIỆU NHÀ TRƯỜNG



PHÓ HIỆU TRƯỞNG

CƠ SỞ CƠM LÂM

Phạm Đại Lâm