

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS PHÚC ĐỒNG THÁNG 11/2022**

Đơn giá 30.000đ/ Suất

	HỌC SINH	Định lượng TP ( gam)		GHI CHÚ
		Sống	Chín	
31/10/2022	1 Cá rô phi tẩm bột chiên	50	35-40	
	2 Thịt lợn xào ngô ngọt	80	45-50	
	3 Su su, cà rốt xào	100	65-70	
	4 Canh dưa chua nấu thịt bò			
	5 Cơm gạo dẻo			
01/11/2022	1 Thịt lợn rim hành	60	40-45	
	2 Chả nạc HVS hấp xì dầu	40	35-40	
	3 Bắp cải, cà rốt xào	100	65-70	
	4 Canh bí xanh nấu xương			
	5 Cơm gạo dẻo			
02/11/2022	1 Sườn, thịt xào chua ngọt	75	55-60	
	2 Trứng đào jăm bông	Trứng+ Jăm bông	35-40	
	3 Cải ngọt xào	100	65-70	
	4 Canh bí đỏ, đậu xanh hầm xương			
	5 Cơm gạo dẻo			
03/11/2022	1 Thịt gà rang gừng, sả, lá chanh	110	60-65	
	2 Đậu sốt cà chua thịt băm	90	65-70	
	3 Đậu quả xào	100	65-70	
	4 Canh cải nấu thịt			
	5 Cơm gạo dẻo			
04/11/2022	1 Thịt lợn rán mềm	60	40-45	
	2 Xúc xích sốt chua ngọt	40	35-40	
	3 Khoai tây xào	100	70-75	
	4 Canh bắp cải nấu xương			
	5 Cơm gạo dẻo			

( Rau xào, rau canh công ty có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện khách quan )

Thực đơn gửi ngày: 27 tháng 10 năm 2022

Đại diện phòng kỹ thuật chế biến món ăn

Hà Nội, Ngày 29 tháng 10 năm 2022

Người lập

  
Trần Thị Thu

  
Nguyễn Xuân Lự



  
**HIỆU TRƯỞNG**  
Dương Văn Tuynh