

UBND QUẬN LONG BIÊN
TRƯỜNG THCS THƯỢNG THANH

**THỰC PHẨM
NGÔI SAO XANH**
ĐT: 043.5576051 - 043.5576018

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ
TUẦN TỪ 30/01 ĐẾN 31/01/2020

<p><u>Thứ 2</u> Hs nghỉ</p>	<p><u>Thứ 3</u> Hs nghỉ</p>
<p><u>Thứ 4</u> Hs nghỉ</p>	<p><u>Thứ 5</u> Tôm rim thịt xay Đậu sốt cà chua Bắp cải xào Canh chua thả giá nấu thịt Com dẻo</p>
<p><u>Thứ 6</u> Gà rang gừng Trứng rán hành Giá đỗ xào Canh củ quả ninh xương Com dẻo</p>	



PHÓ HIỆU TRƯỞNG
Đỗ Thị Thu Hoàn

THỰC ĐƠN CHI TIẾT TUẦN - ĐỊNH LƯỢNG CALO TUẦN 30/1 ĐẾN 31/1/2020

Đơn giá: 28.000đ/suất chính (bao gồm VAT)

THỰC PHẨM
 NGÔI SAO
 ĐT: 043.5576051 - 043.5576052

Thứ	Tên món ăn	Lượng (kg)	Thành phẩm (kg)	Giá Tiền	Thành tiền	ĐL Kcalo	Chi phí khác	Số tiền	Thuế	ĐGBQ/suất
Thứ 2										
Thứ 3										
Thứ 4										
	Tôm nõn rim thịt xay	0.070	0.04-0.05	150,000	10,500	129	Vận chuyển	2,000		
	đậu sốt cà chua	0.08	0.03-0.04	60,000	4,800	224				

thứ 5	bắp cải xào	0.080	0.035-0.04	15,000	1,200	39				
	canh cải nấu thịt	0.04	0.22-0.25	25,000	1,000	18				
	thịt nấu canh	0.02	0.01	150,000	3,000					
	Gạo dẻo	0.150	0.20 - 0.240	18,000	2,700	480				
	Gia vị nấu (tạm tính)				700	50				
	Gas,điện,nước (T .tính)				700					
	Tổng				24,600	940		2,000	1,400	28,000
thứ 6	ga rang gừng	0.120	0.05-0.055	100,000	12,000	147	Vận chuyển	2,000		
	trứng rán hành	0.09	0.02-0.03	65,000	5,850	239				
	giaá đồ xào	0.060	0.035-0.04	15,000	900	20				
	canh củ quả ninh xương gà	0.04	0.22-0.25	35,000	1,400	18				
	xương gà	0.02	0.01	35,000	700					
	Gạo dẻo	0.150	0.20 - 0.240	18,000	2,700	480				
	Gia vị nấu (tạm tính)				550	50				
	Gas,điện,nước (T .tính)				500					
	Tổng				24,600	954		2,000	1,400	28,000

Ghi chú: Rau, củ quả có thể thay đổi theo nhu cầu và khẩu vị của quý nhà trường, khuyến cáo nên dùng loại rau đúng màu vụ
Thực đơn được thay đổi theo tuần và chuyển quý nhà trường vào đầu tuần nên phân định mức chín chỉ là tương đối.
Định lượng sống đúng theo định mức quy định, nhưng định lượng chín có thể xê dịch do hao hụt khi nấu lên