

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH VIỆT HƯNG THÁNG 09-2022

HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		QUÀ CHIỀU	Ghi chú
	Sống	Chín		
1. Tỏi gà chiên KFC 2. Khoai tây chiên 3. Rau muống xào tỏi 4. Nước canh rau muống nấu chua 5. Cơm gạo dẻo 05/09/2022	1 cái 80g 60g 18g	55-60g 30-35g 35-40g 250-300g	1. Sữa chua uống Công ty sữa Ba Vì (1 Cái)	
1. Cá rô phi chiên xù 2. Thịt gà om ngô 3. Giá đỗ, cà rốt xào 4. Canh rau cải nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo 06/09/2022	50g 33g + 25g ngô 65g 30g + 3g thịt	30-35g 35-40g 35-40g 250-300g	1. Bánh Chocopie Công ty Orion (1 Cái)	
1. Thịt kho tàu 2. Trứng kho 3. Bắp cải, cà rốt xào 4. Canh bí xanh nấu xương 5. Cơm gạo dẻo 07/09/2022	52g 1 quả 70g 30g + 10g xương	32-37g 35-40g 35-40 250-300g	1. Caramen Xuân Bách	
1. Thịt gà sốt chua ngọt 2. Giò lụa rim 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh mồng tơi nấu tôm 5. Cơm gạo dẻo 08/09/2022	52g 32g 70g 30g + tôm khô	32-37g 30-32g 35-40 250-300g	1. Thức uống dinh dưỡng Công ty sữa Hà Nội (1 Hộp)	
Phở mọc bò 1. Phở 2. Thịt viên mọc 3. Thịt bò nhập khẩu 09/09/2022	180g 40g 42g	200-220g 57-62g	1. Bánh trứng sữa mềm Công ty Tràng An (1 Cái)	

(Các món rau xào, rau canh có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện thời tiết khách quan. Khuyến cáo không nên kết hợp món ăn không có lợi cho sức khỏe: cá và sữa, trứng và sữa)

Thực đơn gửi ngày: 30/08/2022

Người lập

Đại diện phòng kỹ thuật chế biến món ăn

Bếp trưởng

Hà Nội, Ngày .01. Tháng .9. năm 2022

Đại diện nhà trường

Ngô Thị Toán

Đỗ Văn Hòa

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ GIÁO VIÊN TRƯỜNG TH VIỆT HƯNG THÁNG 09-2022

THỨ	GIÁO VIÊN	GHI CHÚ
2 05/09/2022	<ol style="list-style-type: none"> Sườn xào chua ngọt Trứng ốp Đỗ quả luộc Nước canh rau muống nấu chua Cơm gạo dẻo 	
3 06/09/2022	<ol style="list-style-type: none"> Thịt quay giòn bì Chả cá sốt cà chua Bắp cải luộc Canh rau cải nấu thịt Cơm gạo dẻo 	
4 07/09/2022	<ol style="list-style-type: none"> Tôm đồng rang lá chanh Thịt chân giò luộc Củ quả luộc chấm muối vừng Canh bí xanh nấu xương Cơm gạo dẻo 	
5 08/09/2022	<ol style="list-style-type: none"> Thịt lợn chiên lá mồng tơi Đậu phụ sốt cà chua Khoai tây xào Canh mồng tơi nấu tôm Cơm gạo dẻo 	
6 09/09/2022	<ol style="list-style-type: none"> Phở bò 	

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

Thực đơn gửi ngày: 30/08/2022

Hà Nội, Ngày 01. Tháng 9. năm 2022

Người lập

Đại diện phòng kỹ thuật chế biến món ăn

Bếp trưởng

Đại diện nhà trường

Ngô Thị Toán

Đỗ Văn Hòa