

THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS NGỌC THỤY THÁNG 01/2024

	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sông	Chín	
2 22/01/2024	1. Thịt lợn hầm hạt sen 2. Trứng rán hành 3. Bắp cải cà rốt xào 4. Canh bí xanh nấu xương 5. Cơm gạo dẻo	80 Trứng 90 50 110	60-65 40-45 70-75 220-250ml 220-250	
3 23/01/2024	1. Cá diêu hồng chiên vùng 2. Thịt lợn băm rang mộc nhĩ 3. Cải ngọt xào 4. Canh chua nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	60 50 85 40 110	45-50 40-45 70-75 220-250ml 220-250	
4 24/01/2024	1. Thịt gà rán vị hương 2. Thịt lợn sốt cà chua 3. Giá đỗ xào miến 4. Canh bắp cải nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	70 50 75 30 110	55-60 40-45 70-75 220-250ml 220-250	
5 25/01/2024	1. Thịt luộc tẩm magi 2. Xúc xích HVS rim tiêu 3. Bí ngô xào 4. Canh cải nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	70 40 70-75 30 110	50-55 40-42 70-75 220-250ml 220-250	
6 26/01/2024	1. Thịt bò kho gừng 2. Giò lụa HVS sốt xì dầu 3. Cải thảo xào 4. Canh đậu nấu thịt 4. Cơm gạo dẻo 4. Tráng miệng: Sữa	70 40 100 30 110	50-55 40-42 70-75 220-250ml 220-250	

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

Ngày gửi: 17/01/2024

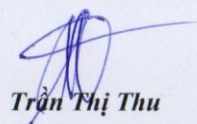
Hà Nội, Ngày. 1.8 Tháng. 1... năm 2024

Người lập

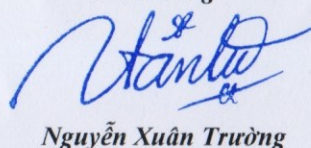
Bến trưởng

Chuyên viên dinh dưỡng

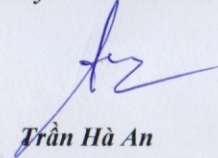
Đại diện nhà trường



Trần Thị Thu



Nguyễn Xuân Trường



Trần Hà An