



THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS NGỌC THỤY THÁNG 02/2024

THỨ	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sông	Chín	
2 19/02/2024	1. Thịt lợn sốt cà chua 2. Tôm rang 3. Cải ngọt xào 4. Canh khoai tây, cà rốt hầm xương 5. Cơm gạo dẻo	80 25 95 50 110	60-65 22-25 70-75 220-250ml 220-250	
3 20/02/2024	1. Thịt gà rán xá xíu 2. Đậu trắng sốt cà chua thịt băm 3. Giá đỗ, cà rốt xào 4. Canh cải nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	90 100 75 30 110	63-68 75-80 70-75 220-250ml 220-250	
4 21/02/2024	1. Thịt lợn kho tàu 2. Trứng chưng xúc xích 3. Bắp cải, cà rốt xào 4. Canh dưa chua nấu xương 5. Cơm gạo dẻo	80 Trứng, xúc xích 90 40 110	60-65 40-45 70-75 220-250ml 220-250	
5 22/02/2024	1. Cá diêu hồng chiên vùng 2. Thịt lợn nấu cà ri 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh chua nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	60 70 100 30 110	45-50 45-50 70-75 220-250ml 220-250	
6 23/02/2024	1. Cơm rang thập cẩm 2. Tỏi gà chiên 3. Canh đậu nấu thịt 4. Tráng miệng: Sữa	150 1 cái 40	250-300 1 cái 220-250ml	

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

Ngày gửi: 16/02/2024

Hà Nội, Ngày.....Tháng.....năm 2024

Người lập

Bếp trưởng

Chuyên viên dinh dưỡng

Đại diện nhà trường

Trần Thị Thu
Nguyễn Xuân Trường
Trần Hà An