


THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS NGỌC THỤY THÁNG 03/2024

	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sông	Chín	
 25/03/2024	1. Thịt gà chiên mắm 2. Giò nạc HVS sốt magi 3. Giá đỗ, cà rốt xào 4. Canh bí nấu xương 5. Cơm gạo dẻo	120 40 75 50 110	70-75 40-42 70-75 220-250ml 220-250	
3 26/03/2024	1. Thịt lợn kho tàu 2. Trứng kho 3. Cải ngọt xào 4. Canh khoai tây hầm xương 5. Cơm gạo dẻo	80 1 quả 90 50 110	60-65 1 quả 70-75 220-250ml 220-250	
4 27/03/2024	1. Cá ba sa tẩm bột chiên 2. Thịt lợn om ngô 3. Bắp cải, cà rốt xào 4. Canh dưa chua nấu xương 5. Cơm gạo dẻo	65 80 92 40 110	40-45 45-50 70-75 220-250ml 220-250	
5 28/03/2024	1. Sườn xào chua ngọt 2. Đậu phụ Tứ xuyên 3. Rau muống xào 4. Canh rau muống nấu chua 5. Cơm gạo dẻo	90 85 100 10 110	65-70 70-75 70-75 220-250ml 220-250	
6 29/03/2024	1. Cơm rang thập cẩm 2. Tỏi gà chiên 3. Canh chua nấu thịt 4. Tráng miệng: Chuối chín	170 1 cái 40	270-300 1 cái 220-250ml	

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

Ngày gửi: 21/03/2024

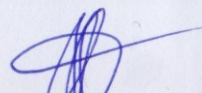
Hà Nội, Ngày.....Tháng.....năm 2023

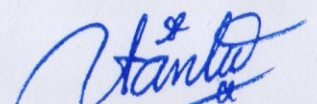
Người lập

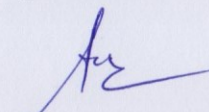
Bếp trưởng

Chuyên viên dinh dưỡng

Đại diện nhà trường


 Trần Thị Thu


 Nguyễn Xuân Trường


 Trần Hà An