


THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS NGỌC THỤY THÁNG 04/2024

	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sống	Chín	
 2 01/04/2024	1. Thịt lợn kho tàu 2. Trứng chưng thịt 3. Cải ngọt xào 4. Canh chua nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	80 Trứng, thịt 90 40 110	60-65 40-45 70-75 220-250ml 220-250	
3 02/04/2024	1. Cá Diêu Hồng tẩm bột chiên 2. Thịt bò nấu sốt vang 3. Bắp cải xào 4. Canh bầu nấu xương 5. Cơm gạo dẻo	60 80 92 50 110	40-45 50-55 70-75 220-250ml 220-250	
4 03/04/2024	1. Sườn cháy tỏi 2. Mọc viên sốt cà chua 3. Bí ngô xào 4. Canh cải nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	90 50 100 30 110	65-70 45-50 70-75 220-250ml 220-250	
5 04/04/2024	1. Thịt gà rang gừng lá chanh 2. Tôm rang chua ngọt 3. Cải thảo xào 4. Canh bí xanh nấu xương 5. Cơm gạo dẻo	120 25 100 50 110	70-75 20-22 70-75 220-250ml 220-250	
6 05/04/2024	1. Thịt lợn sốt cà chua 2. Đậu rán tẩm hành 3. Khoai tây xào 4. Canh dưa chua nấu xương 5. Cơm gạo dẻo 6. Tráng miệng: Sữa	80 90 100 40 110	60-65 65-70 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: 28/03/2024


Hà Nội, Ngày.....Tháng.....năm 2023

Người lập

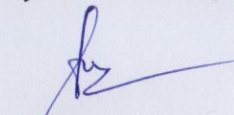
Bên trường

Chuyên viên dinh dưỡng

Đại diện nhà trường


 Trần Thị Thu


 Nguyễn Xuân Trường


 Trần Hà An