

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ

Từ ngày 03/1/2023 đến ngày 06/1/2023 - 936 HS

NGÀY	THỰC ĐƠN	THỰC PHẨM	SỐ LƯỢNG	GIA VỊ	SỐ LƯỢNG
Thứ 3 03/1	- Mặn: Đùi gà ram mặn ngọt Xào: Cải thảo - Canh: Bí đỏ -HS béo phì ăn thêm rau - HS SDD ăn thêm thịt	Thịt nạc xay	3.0	Gạo tẻ	102.0
		Đùi gà	200.0	Muối	2.0
		Bí đỏ	58.0	Đường cát trắng	10.0
		Tỏi	1.0	Bột ngọt	1.5
		Hành tím	1.0	Nước mắm	9.0
		Cải thảo	45.0	Bột nêm	5.6
		Hành ngò	1.0	Dầu thực vật	7.0
		Cà rốt	7.0		
		Rau om,ngò gai	1.0		
Thứ 4 04/1	- Mặn: Ba rọi muối sả chiên - Xào: Cải ngọt - Canh: Bầu -HS béo phì ăn thêm rau - HS SDD ăn thêm thịt	Thịt heo ba chỉ	50.0	Gạo tẻ	102.0
		Thịt nạc xay	4.0	Muối	2.0
		Cải ngọt	58.0	Đường cát trắng	8.0
		Bầu	58.0	Bột ngọt	1.5
		Hành tím	1.0	Nước mắm	2.0
		Hành, ngò	1.5	Bột nêm	6.4
		Ớt trái	0.0	Dầu thực vật	7.0
		Tỏi	1.0		
		Rau dền	0.0		
		Rau mồng tơi	0.0		
		Sả	3.0		
		Thịt nạc đùi	50.0		
Thứ 5 05/1	- Mặn: Phile cá Basa chiên - Xào: Bắp cải - Canh: Chua rau muống -HS béo phì ăn thêm rau - HS SDD ăn thêm thịt	Thịt đùi	4.0	Gạo tẻ	102.0
		Cá basa	123.0	Muối	2.0
		Rau muống	55.0	Đường cát trắng	13.0
		Cà rốt	5.0	Bột ngọt	1.0
		Cải bắp	48.0	Nước mắm	10.0
		Rau om,ngò gai	1.0	Bột nêm	4.5
		Hành, ngò	1.5	Dầu thực vật	7.0
		Me chua	3.5		
		Tỏi	1.0		
Thứ 6 06/1	- Mặn: Bún mọc - Tráng miệng: Cooktai sữa -HS béo phì ăn thêm rau - HS SDD ăn thêm thịt	Xương heo	5.0	Bún	230.0
		Giò sống	15.0	Muối	1.0
		Thịt nạc dăm	30.0	Đường cát trắng	6.0
		Chả lụa	15.0	Bột ngọt	1.5
		Rau thơm	0.5	Nước mắm	0.0
		Tỏi	1.0	Bột nêm	6.4
		Củ cải trắng	10.0	Dầu thực vật	7.0
		Củ cải muối	5.0		
		Chanh	0.5		
		Rau thơm	0.5		
		Hành, ngò	4.0		
		Hành lá	2.0		

		Thịt đùi	40.0		
		Cooktai sữa	936.0		
		Mộc nhĩ	0.5		

**KT. HIỆU
TRƯỞNG**

P. Hiệu trưởng

Gò Vấp, ngày 28 tháng 12 năm 2022
Người lên thực đơn

Ngô Thị Nga

An Thị Thúy Ngân