

THỰC ĐƠN BÁN TRÚ

Tuần 29 từ ngày 27/3/2023 đến ngày 29/3/2023 - 937HS

| NGÀY       | THỰC ĐƠN                                                                                                                                   | THỰC PHẨM      | SỐ LƯỢNG | GIA VỊ          | SỐ LƯỢNG |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------|-----------------|----------|
| Thứ 2 27/3 | <b>- Mặn: Phile basa chiên</b><br><b>- Xào: Su su</b><br><b>- Canh: Chua rau muống</b><br>-HS béo phì ăn thêm rau<br>- HS SDD ăn thêm thịt | Thịt nạc xay   | 3.0      | Gạo tẻ          | 105.0    |
|            |                                                                                                                                            | Cá basa        | 123.0    | Muối            | 2.0      |
|            |                                                                                                                                            | Rau muống      | 55.0     | Đường cát trắng | 8.0      |
|            |                                                                                                                                            | Su su          | 50       | Bột ngọt        | 1.0      |
|            |                                                                                                                                            | Cà rốt         | 8        | Nước mắm        | 10.0     |
|            |                                                                                                                                            | Rau om,ngò gai | 1.0      | Bột nêm         | 5.6      |
|            |                                                                                                                                            | Hành, ngò      | 1.0      | Dầu thực vật    | 10.0     |
|            |                                                                                                                                            | Me chua        | 4.0      |                 |          |
|            |                                                                                                                                            | Tỏi            | 1.0      |                 |          |
|            |                                                                                                                                            | Hành tím       | 0.5      |                 |          |
|            |                                                                                                                                            | Sả             | 3.0      |                 |          |
| Thứ 3 28/3 | <b>- Mặn: Gà ram mặn ngọt</b><br><b>- Xào: Cải ngọt</b><br><b>- Canh: Súp</b><br>-HS béo phì ăn thêm rau<br>- HS SDD ăn thêm thịt          | Thịt gà        | 192.0    | Gạo tẻ          | 107.0    |
|            |                                                                                                                                            | Tỏi            | 1.0      | Muối            | 2.0      |
|            |                                                                                                                                            | Củ dền         | 6.0      | Đường cát trắng | 9.0      |
|            |                                                                                                                                            | Hành tím       | 1.0      | Bột ngọt        | 1.5      |
|            |                                                                                                                                            | Cải ngọt       | 55.0     | Nước mắm        | 8.0      |
|            |                                                                                                                                            | Hành, ngò      | 2.0      | Bột nêm         | 6.4      |
|            |                                                                                                                                            | Cà rốt         | 5.0      | Dầu thực vật    | 8.0      |
|            |                                                                                                                                            | Thịt nạc xay   | 3.0      |                 |          |
|            |                                                                                                                                            | Khoai tây      | 18.0     |                 |          |
|            |                                                                                                                                            | Su su          | 24.0     |                 |          |
| Thứ 4 29/3 | <b>- Mặn: Nui xào bò</b><br><b>Canh:</b><br><b>- Tráng miệng: Bánh xức xích</b><br>-HS béo phì ăn thêm rau<br>- HS SDD ăn thêm thịt        | Thịt bò phile  | 15.0     | Nui             | 90.0     |
|            |                                                                                                                                            | Thịt nạc dăm   | 45.0     | Muối            | 1.0      |
|            |                                                                                                                                            | Cải ngọt       | 30.0     | Đường cát trắng | 5.0      |
|            |                                                                                                                                            | Tỏi            | 1.0      | Bột ngọt        | 1.0      |
|            |                                                                                                                                            | Hành lá        | 3.0      | Nước mắm        | 0.0      |
|            |                                                                                                                                            | Ớt trái        | 0.0      | Bột nêm         | 5.0      |
|            |                                                                                                                                            | Hành tây       | 6.0      | Dầu thực vật    | 8.0      |
|            |                                                                                                                                            | Cà chua        | 15.0     | Dầu hào         | 4.0      |
|            |                                                                                                                                            | Hành tím       | 0.5      | Xi dầu          | 20.0     |
|            |                                                                                                                                            | Bánh xức xích  | 937.0    | Tương cà        | 2.0      |
|            |                                                                                                                                            | Thịt đùi       | 14.0     | Tương ớt        | 4.0      |

KT. HIỆU  
TRƯỞNG  
P. Hiệu trưởng

(Đã ký)

Ngô Thị Nga

Gò Vấp, ngày 24 tháng 3 năm 2023  
Cấp dưỡng

(Đã ký)

An Thị Thúy Ngân