



**CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ PHÁT TRIỂN DỊCH VỤ VIỆT AN**  
**THỰC ĐƠN BÁN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN TRÃI THÁNG 1/2024**  
**THỰC ĐƠN TUẦN 1**

Thứ	Tên món	Định lượng TP (gram)/ 1 suất ăn	Ghi chú
thứ 2 01/1/2024	HLS nghi têt dương lịch		
thứ 3 02/1/2024	Gà nâu cari	Thịt gà 90g - Khoai tây sơ chế, cà rốt 30g	Gà đùi CN góc 1/4, khoai tây sơ chế, cà rốt..
	Thịt cuộn lá lốt	70g	Thịt lợn sấn tươi, gia vị...
	Rau muông xào	60g	Rau muông
	Nước canh rau muông chua	0	Chanh hoặc quả sấu
	Cơm gạo dẻo	120	Gạo dẻo
thứ 4 03/1/2024	Thịt viên sốt nấm	70g	Thịt lợn, hành củ, hành lá,..
	Cá chiên xù	40g	Cá rô phile, gia vị...
	Bí đỏ xào	60g	Bí đỏ sơ chế, tỏi bóc...
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót 12g - thịt 5g	Rau ngót, thịt nạc
	Cơm gạo dẻo	120	Gạo dẻo
thứ 5 04/1/2024	Thịt xiên nướng	75g	Thịt nạc, hành, xả...
	Bò hầm khoai	Thịt bò 15g- lợn 15g- khoai tây sơ chế, cà rốt 30g	Thịt bò tươi, thịt lợn nạc, khoai tây sơ chế, cà rốt...
	Bắp cải xào	60g	Bắp cải, tỏi...
	Canh Bí đỏ nấu xương	Bí đỏ sơ chế 15g - xương 8g	Bí đỏ sơ chế, xương lợn...
	Cơm gạo dẻo	120	Gạo dẻo
thứ 6 05/1/2024	Cơm rang thập cẩm	165g	Cơm gạo dẻo 120g, chả lụa 15g, trứng gà CN
	Xúc xích chiên	50g	Xúc xích Đức việt 1c/hs
	Canh cải thịt	Cải xanh 12g - thịt 5g	Cải xanh, thịt nạc...
	Trứng ốp	70g	Trứng gà CN loại 1

*Ghi chú: rau, củ quả có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện khách quan.*

Thực đơn gửi ngày.... Tháng ... năm 20....

Người lập P.Kỹ thuật chế biến món ăn

Huê  
Nguyễn Phi Huệ  
Liem  
Bùi Ngọc Liem

Hà Nội, Ngày 28 Tháng 12 Năm 2023

Đại diện nhà trường

CHỖ CHỮ TRƯỞNG  
Lê Thanh Tùng



**CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ PHÁT TRIỂN DỊCH VỤ VIỆT AN**  
**THỰC ĐƠN BÁN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN TRÃI THÁNG 1/2024**  
**THỰC ĐƠN TUẦN 2**

Thứ	Tên món	Định lượng TP (gram)/ 1 suất ăn	Ghi chú
Thứ 2 08/1/2024	Thịt nạc chiên xù	65g	Thịt lợn nạc, gia vị...
	Đậu phụ trắng sốt tứ xuyên	Đậu 60g, thịt xay 5g	Đậu phụ, thịt xay, hành tây, cà rốt, hành lá ...
	Bắp cải xào	60g	Bắp cải, tỏi bóc...
	Canh bí nâu xương	Bí xanh sơ chẻ 15g - Xương 8g	Bí xanh sơ chẻ, xương lợn
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 3 09/1/2024	Giò lụa rim	40g	Giò lụa, gia vị....
	Thịt viên sốt chua ngọt	70g	Thịt lợn săn, gia vị ...
	Rau muống xào	60g	Rau muống
	Nước chua rau muống	0	Chanh hoặc sấu
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 4 10/1/2024	Thịt kho trứng cút	Thịt 45g, trứng 3 quả/ suất	Thịt lợn nạc, Trứng cút, gia vị...
	Thịt bò xay xào khoai tây	Thịt bò 15g - lợn 20g - khoai tây sơ chẻ, cà rốt 30g	Thịt bò tươi, thịt lợn nạc, khoai tây sơ chẻ, cà rốt
	Bí đỏ xào tỏi	60g	Bí đỏ sơ chẻ, tỏi bóc
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót 12g - thịt 5g	Rau ngót, thịt nạc
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 5 11/1/2024	Lườn gà File rang gừng	70g	Lườn gà File, gừng củ, gia vị...
	Thịt viên sốt cà chua	60g	Thịt lợn, cà chua...
	Cải ngọt xào	70g	Cải ngọt, tỏi bóc...
	Canh củ quả hầm xương (thịt)	Củ quả sơ chẻ 15g - thịt 5g	cà rốt, su su sơ chẻ, thịt lợn...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 6 12/1/2024	Mỳ spaghetti	100g	Mỳ ý
	Sốt bò băm	100g	Thịt bò 10g/hs, thịt lợn 20g/hs, củ quả tổng hợp (cà rốt, hành tây, cà chua...) 70g/hs
	Xúc Xích chiên hoa	50g	Xúc xích Đức việt 1 cái/hs

Ghi chú: rau, củ quả có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện khách quan.

Thực đơn gửi ngày.... Tháng ... năm 20.....

Người lập P.Kỹ thuật chế biến món ăn

Huê  
Nguyễn Thị Huệ

Lem  
Bùi Ngọc Liên

Hà Nội, Ngày 28 Tháng 12 Năm 2023

Đại diện nhà trường



PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Lê Thanh Tùng



CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ PHÁT TRIỂN DỊCH VỤ VIỆT AN  
THỰC ĐƠN BÀN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN TRÃI THÁNG 1/2024  
THỰC ĐƠN TUẦN 3

Thứ	Tên món	Định lượng TP (gram)/ 1 suất ăn	Ghi chú
Thứ 2 15/1/2024	Thịt gà kho nấm	100g	Gà góc 1/4 cả xương, gia vị...
	Thịt xay rim hành	60g	Thịt lợn săn, hành, gia vị...
	Bắp cải xào	60g	Bắp cải, hành, gia vị...
	Canh bí xanh nấu thịt	Bí xanh sơ chế 15g - thịt 5g	Bí xanh sơ chế, thịt nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 3 16/1/2024	Thịt nạc chiên xù	70g	Thịt lợn nạc, gia vị...
	Đậu phụ sốt cà chua	70g	Đậu phụ, cà chua...
	Giá đỗ xào	60g	Giá đỗ, cà rốt, hành lá...
	Canh cải thịt	Cải xanh 12g - thịt 5g	Cải canh, thịt nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 4 17/1/2024	Thịt chiên ngũ vị	70g	Thịt lợn + hành củ + hành lá
	Thịt bò hầm khoai tây	Bò 15g, lợn 20g, khoai tây sơ chế, cà rốt 30g	Thịt bò rẻ sườn tươi, thịt lợn nạc, khoai tây sơ chế, cà rốt...
	Cải ngọt xào tỏi	70g	Cải ngọt, tỏi vn bóc
	Canh Bí xương(hoặc thịt)	Bí xanh 15g - thịt 5g (Xương 8g)	Bí đỏ, xương lợn, hoặc thịt nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 5 18/1/2024	Thịt viên sốt cà chua	70g	Thịt lợn săn, gia vị...
	Cá chiên xù	45g	Cá rô phi lê, hành, gừng, gia vị...
	Rau muống xào	60g	Rau muống
	Nước chua rau muống	0	Chanh hoặc sảu
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 6 19/1/2024	Tỏi Gà chiên kiểu KFC	120g	Tỏi gà, bột, gia vị...
	Khoai tây chiên	70g	Khoai tây ta...
	Xúc xích chiên	50g	Xúc xích đức việt
	Canh bắp cải nấu thịt	Bắp cải, cà chua 12g - thịt 5g	Bắp cải, cà chua, thịt lợn, củ gừng
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo

Ghi chú: rau, củ quả có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện khách quan.

Thực đơn gửi ngày.... Tháng ... năm 20....

Người lập P.Kỹ thuật chế biến món ăn

Huế  
Nguyễn Thị Huế

Liêm  
Bùi Ngọc Liêm

Hà Nội, Ngày 28 Tháng 1 Năm 20....

Đại diện nhà trường



PHÓ HIỆU TRƯỞNG  
Lê Thanh Tùng



**CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ PHÁT TRIỂN DỊCH VỤ VIỆT AN**  
**THỰC ĐƠN BÁN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN TRÃI THÁNG 1/2024**  
**THỰC ĐƠN TUẦN 4**

Thứ	Tên món	Định lượng TP (gram)/ 1 suất ăn	Ghi chú
Thứ 2 22/1/2024	Thịt xiên nướng	80g	Thịt lợn, gia vị, hành, xả, tỏi...
	Đậu phụ rán sốt cà chua	Đậu 70g	Đậu phụ, hành lá, gia vị....
	Bắp cải xào	60g	Bắp cải, tỏi bóc, gia vị...
	Canh bí xanh nấu thịt	Bí xanh sơ chế 15g - thịt 5g	Bí xanh sơ chế, thịt lợn nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 3 23/1/2024	Lườn gà File rang gừng	70g	Lườn File, hành, gừng...
	Cá chiên vừng	45g	Cá rô phi lã, gừng, rau gia vị...
	Khoai tây xào	60g	Khoai tây sơ chế, gia vị...
	Canh rau ngót nấu thịt	15g	Rau ngót, thịt nạc xay...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 4 24/1/2024	Thịt nạc chiên xù	60g	Thịt lợn nạc, bột tằm hợp...
	Thịt bò nấu cari	Bò 15g, lợn 20g, khoai tây sơ chế, cà rốt 30g	Thịt bò rẻ sườn tươi, thịt lợn nạc, khoai tây sơ chế, cà rốt...
	Rau muống xào tỏi	60g	Rau muống, tỏi bóc...
	Nước rau muống chua		Chanh hoặc quả sấu
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 5 25/1/2024	Thịt viên sốt nấm	70g	Thịt lợn săn, gia vị vvv
	Chả lụa rim	40g	Chả lợn nạc, gia vị vv
	Cải ngọt xào	70g	Cải ngọt, tỏi bóc...
	Canh củ quả hầm xương	Củ quả sơ chế 15g - xương 8g	Su hào, su su, cà rốt, xương lợn...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 6 26/1/2024	Mỳ spaghetti	100g	Mỳ ý
	Sốt bò băm	100g	Thịt bò 10g/hs, thịt lợn 20g/hs, củ quả tổng hợp (cà rốt, hành tây, cà chua...) 70g/hs
	Xúc Xích chiên hoa	50g	Xúc xích Đức việt 1 cái/hs

Ghi chú: rau, củ quả có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện khách quan.

Thực đơn gửi ngày.... Tháng ... năm 20....

Người lập

P.Kỹ thuật chế biến món ăn

Hue  
Nguyễn Thị Huệ

Lien  
Bùi Ngọc Liên

Hà Nội, Ngày 26 Tháng 12 Năm 2023

Đại diện nhà trường



PHÓ HIỆU TRƯỞNG  
Lê Thanh Hùng

**CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ PHÁT TRIỂN DỊCH VỤ VIỆT AN**  
**4THỰC ĐƠN BÁN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN TRÃI THÁNG 1/2024**  
**THỰC ĐƠN TUẦN 5**



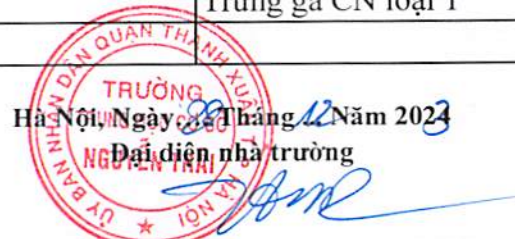
Dịch vụ Thứ	Tên món	Định lượng TP (gram)/ 1 suất ăn	Ghi chú
Thứ 2 29/1/2024	Thịt viên sốt chua ngọt	60g	Thịt lợn săn,gia vị,cà chua...
	Lườn File gà rang gừng	70g	Lườn File,hành,gừng...
	Khoai tây xào	60g	Khoai tây sơ chế,gia vị...
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót 12g - thịt 5g	Rau ngót, thịt nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 3 30/1/2024	Thịt chiên ngũ vị	70g	Thịt lợn săn,gia vị...
	Thịt bò xay xào giá đỗ	Thịt bò 15g-lợn 20g-giá đỗ, cà rốt 30g	Thịt bò tươi,thịt lợn nạc,gia đỗ, cà rốt...
	Bí đỏ xào	60g	Bí đỏ sơ chế,tỏi bóc,gia vị...
	Canh cải thịt	Cải xanh 12g - thịt 5g	Cải canh,thịt nạc xay...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 4 31/1/2024	Thịt viên sốt cà chua	75g	Thịt lợn tươi,gia vị...
	Trứng đúc thịt	Trứng 70g - thịt 5g	Trứng gà CN loại 1, thịt lợn
	Bắp cải xào	60g	Bắp cải,gia vị...
	Canh bí xanh nấu thịt	Bí xanh sơ chế 15g - thịt 5g	Bí xanh sơ chế, thịt nạc ...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 5 01/02/2024	Thịt nạc chiên xù	50g	Thịt lợn nạc,gia vị vvv
	Thịt Gà nấu cari	Thịt gà 100g - khoai tây sơ chế, cà rốt 30g	Thịt gà CN, khoai tây sơ chế, cà rốt...
	Rau muống xào tỏi	60g	Rau muống,tỏi....
	Nước chua rau muống		Sấu hoặc chanh quả
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 6 02/02/2024	Cơm rang thập cẩm	165g	Cơm gạo dẻo 120g, chả lụa 15g, trứng gà CN loại 1, ngô ngọt tách hạt, đỗ cove, cà rốt, hành lá...(30g)
	Xúc xích chiên	50g	Xúc xích Đức việt 1c/hs
	Canh cải thịt	Cải xanh 12g - thịt 5g	Cải xanh, thịt nạc...
	Trứng ốp	70g	Trứng gà CN loại 1

Ghi chú: rau, củ quả có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện khách quan.

Thực đơn gửi ngày.... Tháng ... năm 2024

Người lập

P.Kỹ thuật chế biến món ăn



Hà Nội, Ngày 28/12/2023

Đại diện nhà trường

Nguyễn Huệ  
Đạt Huệ

Đạm  
Bùi Ngọc Lâm