



**CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ PHÁT TRIỂN DỊCH VỤ VIỆT AN**  
**THỰC ĐƠN BÁN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN TRÃI THÁNG 11/2023**  
**THỰC ĐƠN TUẦN 1**

	Tên món	Định lượng TP (gram)/ 1 suất ăn	Ghi chú
thứ 4 01/11/2023	Thịt viên sốt nấm	70g	Thịt lợn, hành củ, hành lá...
	Cá chiên xù	40g	Cá rô phile, gia vị...
	Bí đồ xào	60g	Bí đồ sơ chế, tỏi bóc...
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót 12g- thịt 5g	Rau ngót, thịt nạc
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
thứ 5 02/11/2023	Thịt cuộn lá lốt	70g	Thịt lợn, lá lốt, hành lá...
	Bò xay xào giá đỗ	Thịt bò 15g- lợn 20g- giá đỗ, cà rốt 30g	Thịt bò tươi, thịt lợn nạc, giá đỗ, cà rốt...
	Bắp cải xào	60g	Bắp cải, tỏi,...
	Canh Bí đồ nấu thịt	Bí đồ sơ chế 15g - thịt 5g	Bí đồ sơ chế, thịt lợn nạc..
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
thứ 6 03/11/2023	Tỏi Gà chiên kiểu KFC	120g	Tỏi gà, bột, gia vị...
	Khoai tây chiên	70g	Khoai tây sơ chế...
	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 nạc
	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 2023

Người lập P.Kỹ thuật chế biến món ăn

Huê

Liêm

Nguyễn Thị Huê

Bùi Ngọc Liêm

Hà Nội, Ngày 26 Tháng 10 Năm 2023

Đại diện nhà trường



HO CHIẾU 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 11/2023**  
**THỰC ĐƠN TUẦN 2**

Thứ	Tên món	Định lượng TP (gram)/ 1 suất ăn	Ghi chú
Thứ 2 06/11/2023	Thịt nạc chiên xù	65g	Thịt lợn nạc, bột tổng hợp, gia vị...
	Thịt bò hầm khoai tây	Bò 15g,thịt lợn 20g,khoai tây SC 30g	Thịt bò rẻ sườn tươi, thịt lợn nạc, khoai tây sơ chế...
	Bắp cải xào	60g	Bắp cải + tỏi bóc + cà chua
	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 07/11/2023	Thịt kho trứng cút	Thịt 40g, trứng 3quả	Thịt lợn, Trứng chim cút,gia vị...
	Đậu phụ trắng sốt tứ xuyên	Đậu 60g, thịt xay 5g	Đậu phụ,thịt xay,cà chua , hành lá ...
	Bí đỏ xào tỏi	60g	Bí đỏ,tỏi bóc....
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót 12g - thịt 5g	Rau ngót, thịt lợn nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 4 08/11/2023	Thịt gà rang gừng	100g	Gà CN đùi cặp cả xương, gia vị...
	Thịt viên sốt cà chua	55g	Thịt lợn,cà chua...
	Rau muống xào	60g	Rau muống, tỏi bóc...
	Nước canh chua rau muống	0	Chanh hoặc sấu
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 5 09/11/2023	Thịt xay rang ngô non	thịt 70g, ngô 10g	Thịt lợn săn xay, ngô ngọt tách hạt, hành lá...
	Giò lụa rim	40g	Giò lụa, hành lá
	Cải ngọt xào tỏi	70g	Cải ngọt, tỏi vn bóc
	Canh khoai tây nấu thịt	Khoai tây sơ chế, cà rốt 15g - thịt 5g	Khoai tây sơ chế, cà rốt, thịt lợn nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 6 10/11/2023	Cơm rang thập cẩm	165	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	50	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 2023

Người lập P.Kỹ thuật chế biến món ăn

Huế

Nguyễn Thị Huế

Siem

Bùi Ngọc Liễm

Hà Nội, Ngày 26 Tháng 11 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 BÁN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN TRÃI THÁNG 11/2023**  
**THỰC ĐƠN TUẦN 3**

Thứ	Tên món	Định lượng TP (gram)/ 1 suất ăn	Ghi chú
Thứ 2 13/11/2023	Thịt gà sốt nấm	100g	Gà góc 1/4 cả xương, gia vị...
	Thịt xay rim hành	55g	Thịt lợn săn, hành, gia vị...
	Giá đỗ xào	60g	Giá đỗ, cà rốt, hành....
	Canh bí xanh nấu thịt	Bí xanh 15g - thịt 5g	Bí xanh sơ chế, thịt lợn nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 3 14/11/2023	Thịt viên sốt cà chua	70g	Thịt lợn săn xay, cà chua, hành lá
	Cá chiên xù	45g	cá rô phi lê, gia vị...
	Rau muống xào	60g	Rau muống, tỏi bóc....
	Nước chua rau muống	0	Sâu hoặc chanh
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 4 15/11/2023	Thịt xay rang ngô non	thịt 70g, ngô 10g	Thịt lợn + hành củ + hành lá, ngô non
	Thịt bò hầm khoai tây	Bò 15g, thịt lợn 20g, khoai tây + 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 xanh nấu thịt	Bí xanh 15g - thịt 5g	Bí xanh sơ chế, thịt lợn nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 5 16/11/2023	Thịt nạc chiên xù	70g	Thịt lợn nạc, gia vị...
	Đậu phụ sốt tứ xuyên	Đậu 60g - thịt 5g	Đậu phụ, thịt xay, nấm hương...
	Giá đỗ xào	60g	Giá đỗ, cà rốt, tỏi bóc...
	Canh cải thịt	Cải xanh 12g - thịt 5g	Cải xanh, thịt nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 6 17/11/2023	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	Bắp cải, cà chua 12g - thịt 5g	Bắp cải, cà chua, thịt lợn nạc.

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

Thực đơn gửi ngày.... Tháng ... năm 2023

Người lập P.Kỹ thuật chế biến món ăn

Hue

Liem

Nguyễn Thị Huệ

Bà Ngọc Liên

Hà Nội, Ngày 26 Tháng 10 Năm 2023

Đại diện nhà trường



PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Lê Thanh Hùng

**CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ PHÁT TRIỂN DỊCH VỤ VIỆT AN**  
**THỰC ĐƠN BÁN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN TRÃI THÁNG 11/2023**  
**THỰC ĐƠN TUẦN 4**



Thứ	Tên món	Định lượng TP (gram)/ 1 suất ăn	Ghi chú
Thứ 2 20/11/2023	Thịt kho Trứng cút	Thịt 50g, Trứng cút 3q/cháu	Thịt lợn, gia vị, trứng chim cút loại I
	Đậu phụ rán tằm hành	70g	Đậu phụ, hành lá, gia vị....
	Bắp cải xào	60g	Bắp cải, tỏi bóc, gia vị...
	Canh bí đỏ nấu thịt	Bí đỏ sơ chế 15g - thịt 5g	Bí đỏ sơ chế, thịt nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 3 21/11/2023	Thịt gà rang gừng	100g	Thịt gà đùi cặp, hành, gừng...
	Cá chiên xù	45g	Cá rô phi lê, gừng, rau gia vị...
	Khoai tây xào	60g	Khoai tây sơ chế, tỏi bóc, gia vị...
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót 12g - thịt 5g	Rau ngót, thịt nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 4 22/11/2023	Thịt cuộn la lốt	70g	Thịt lợn, lá lốt, gia vị...
	Thịt bò hầm khoai tây	Bò 15g, thịt lợn 20g, khoai tây+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 23/11/2023	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 nấu thịt	Củ quả 15g - thịt 5g	Su su, cà rốt, thịt nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 6 24/11/2023	Mỳ spaghetti	100	Mỳ ý
	Sốt bò băm	100	Thịt bò 10g/hs, thịt lợn 20g/hs, củ quả tổng hợp (cà rốt, hành tây, cà chua...) 70g/hs
	Xúc Xích chiên hoa	50	Xúc xích Đức việt 1cái/hs

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

Thực đơn gửi ngày.... Tháng ... năm 2023

Người lập

P.Kỹ thuật chế biến món ăn

Hue

Keem

Nguyễn Thị Huệ

Bùi Ngọc Liêm

Hà Nội, Ngày 10 Tháng 10 Năm 2023

Đại diện nhà trường



LIÊN 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 11/2023  
THỰC ĐƠN TUẦN 5

Thứ	Tên món	Định lượng TP (gram)/ l suất ăn	Ghi chú
Thứ 2 27/11/2023	Thịt chiên ngũ vị	75g	Thịt lợn nạc, gia vị...
	Trứng tráng hành	70g	Trứng gà CN loại I
	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 nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 3 28/11/2023	Thịt xay rang ngô non	thịt 60g-10g ngô	Thịt lợn sấn, ngô ngọt tách hạt, gia vị...
	Gà xáo gừng	60g	Ức gà file, gừng, gia vị...
	Khoai tây xào	60g	Khoai tây sơ chế, gia vị...
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót 12g - thịt 5g	Rau ngót, thịt nạc xay...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 4 29/11/2023	Thịt viên sốt cà chua	75g	Thịt lợn sấn, cà chua, gia vị...
	Cà bung đậu thịt	Đậu 30g-20g thịt	Cà tím, đậu phụ, thịt lợn tươi...
	Bí đỏ xào	60g	Bí đỏ sơ chế, gia vị...
	Canh cải thịt	Cải xanh 12g - thịt 5g	Cải xanh, thịt nạc...
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 5 30/11/2023	Thịt nạc chiên xù	65g	Thịt lợn nạc, gia vị vvv
	Thịt bò xay xào giá	Thịt bò 15g-lợn 20g-giá đỗ, cà rốt 30g	Thịt bò tươi, thịt lợn nạc, giá đỗ, cà rốt,....
	Rau muống xào tỏi	60g	Rau muống, tỏi,....
	Nước chua rau muống	0	Sấu hoặc chanh quả
	Cơm gạo dẻo	120g	Gạo dẻo
Thứ 6 01/12/2023	Cơm rang thập cẩm	165	Cơm gạo dẻo 120g, chả lụa 15g, trứng gà CN loại I, ngô ngọt tách hạt, đỗ cove, cà rốt, hành lá...(30g)
	Xúc xích chiên	50	Xúc xích Đức việt 1c/hs
	Canh cải thịt	Cải xanh 12g - thịt 5g	Cải xanh, thịt nạc...
	Trứng ốp	70	Trứng gà CN loại I

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

Thực đơn gửi ngày.... Tháng ... năm 2023

Người lập

P.Kỹ thuật chế biến món ăn

Huế

Liem

Nguyễn Thị Huế

Bùi Ngọc Liêm

Hà Nội, Ngày 16, Tháng 10 Năm 2023

Đại diện nhà trường



PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Lê Thanh Tùng