



### THỰC ĐƠN TUẦN 2

Thứ	Tên món	Định lượng TP (gram)/ 1 suất ăn	Ghi chú
Thứ 2 12/09/2022 2	Thịt viên sốt cà chua	60	Thịt lợn + cà chua + hành củ + hành lá
	Trứng Tráng hành	70	Trứng gà CN Loại 1 + hành lá
	Bắp cải xào	90	Bắp cải + tỏi bóc + cà chua
	Canh mùng tơi mướp	20	Mùng tơi , mướp hương, bột tôm
	Cơm gạo dẻo	120	Gạo dẻo
Thứ 3 13/09/2022 2	Thịt xá xíu	55	Thịt lợn, củ xà, hành lá, hành củ..
	Xúc xích sốt cà chua	30	Xúc xích+ cà chua + hành lá + hành củ
	Cải ngọt xào tỏi	90	Cải ngọt, tỏi vn bóc
	Canh bầu nấu bột tôm		Quả bầu, bột tôm
	Cơm gạo dẻo	120	Gạo dẻo
Thứ 4 14/09/2022 2	Thịt cuộn lá lót	60	Thịt lợn + hành củ + hành lá + lá lót
	Đậu sốt cà chua	70	Đậu phụ + cà chua + hành lá
	Rau muông xào tỏi	100	Rau muông + tỏi vn bóc
	Nước canh chua rau muông		QUa chanh
	Cơm gạo dẻo	120	Gạo dẻo
Thứ 5 15/09/2022 2	Cá rô phi lê chiên giòn	50	Cá rô phi lê, thì là, gừng củ, củ nghệ
	Chả lụa rim tiêu	35	chả lụa + hành củ + hành lá
	Bí đỏ xào	100	Bí đỏ sc, tỏi vn bóc
	Canh cải thịt		Cải xanh , thịt lợn, củ gừng
	Cơm gạo dẻo	120	Gạo dẻo
Thứ 6 16/09/2022 2			
	Tỏi gà chiên kiểu KFC	125	Tỏi gà
	Khoai tây chiên	100	khoai tây
	Canh bí xanh nấu xương	rau 20, xương 10	Bí xanh, xương ông, hành lá

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

Thực đơn gửi ngày.... Tháng 09 năm 2  
Người lập P.Kỹ thuật chế biến món ăn

Hà Nội, Ngày.... Tháng 09 Năm 2022  
Đại diện nhà trường