



**CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ PHÁT TRIỂN DỊCH VỤ VIỆT AN**  
**THỰC ĐƠN BÁN TRÚ TRƯỜNG THCS NGUYỄN TRÁI THÁNG 9/2022**  
**THỰC ĐƠN TUẦN 4**

	Tên món	Định lượng TP (gram)/ 1 suất ăn	Ghi chú
Thứ 2 26/09/2022	Thịt kho chả lụa	Thịt 30, chả 30	Thịt lợn, chả lụa, gia vị
	Bò hầm khoai tây	thịt bò 25	Thịt bò tươi, khoai tây, cà rốt
	Cải ngọt xào tỏi	80	Bắp cải + tỏi bóc + cà chua
	Canh bầu nấu bột tôm	20	bầu quả, bột tôm
	Cơm gạo dẻo	120	Gạo dẻo thơm
Thứ 3 27/09/2022	Cá rô phi lê chiên vừng	60	Thịt cá phi lê, hành, gừng...
	Thịt nạc xào thập cẩm	30	thịt nạc, hành tây, giá đỗ, cà rốt
	Rau muống xào	90	Rau muống, tỏi, quả sấu
	Nước canh chua rau muống		
	Cơm gạo dẻo	120	Gạo dẻo
Thứ 4 28/09/2022	Thịt xay rang ngô non	60	Thịt lợn + ngô hạt tách hạt...
	Trứng tráng cuộn	70	Trứng gà CN loại 1
	Bắp cải xào tỏi	80	Bắp Cải, tỏi bóc...
	Canh Bí xanh nấu xương		Bí xanh, xương lợn
	Cơm gạo dẻo	120	Gạo dẻo
Thứ 5 29/09/2022	Thịt nạc rim tiêu	60	Thịt nạc, gia vị vvv
	Chả cốm chiên sơ	40	Chả cốm
	Rau muống xào	100	Rau muống, tỏi, ....
	Nước canh chua rau muống		quả sấu
	Cơm gạo dẻo	120	Gạo dẻo
Thứ 6 30/09/2022	Mỳ spaghetti		Mỳ ý
	Sốt bò băm		Thịt bò xay, cà rốt, hành tây
	Xúc Xích chiên hoa		Xúc xích Đức việt

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

Thực đơn gửi ngày.... Tháng 9 năm 2022

Người lập

P.Kỹ thuật chế biến món ăn

Hà Nội, Ngày.... Tháng 09 Năm 2022

Đại diện nhà trường