



THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THCS PHÚC ĐỒNG THÁNG 04/2024

	HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		GHI CHÚ
		Sống	Chín	
08/04/2024	1. Thịt lợn rang hành thơm 2. Chả cá HVS sốt cà chua 3. Bắp cải xào 4. Canh bầu nấu xương 5. Cơm gạo dẻo	70 40 92 50 110	50-55 40-42 70-75 220-250ml 220-250	
3 09/04/2024	1. Thịt gà rang gừng lá chanh 2. Đậu rán sốt cà chua thịt băm 3. Cải ngọt xào 4. Canh chua nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	120 90 90 40 110	70-75 65-70 70-75 220-250ml 220-250	
4 10/04/2024	Học sinh không ăn bán trú			
5 11/04/2024	1. Cá basa tẩm bột chiên xù 2. Thịt lợn sốt tiêu đen 3. Giá đỗ cà rốt xào 4. Canh mồng tơi nấu tôm 5. Cơm gạo dẻo	65 63 72 30 110	45-50 45-50 70-72 220-250ml 220-250	
6 12/04/2024	1. Cơm rang dưa bò+ Xúc xích HVS chiên - Thịt bò, dưa chua 2. Xúc xích HVS - Cơm gạo dẻo 3. Canh thịt đậu nấu cà chua 4. Tráng miệng: Bánh ngọt	110 1 Cái 110 40	65-70 1 Cái 220-250 280-300	

(Rau xào, rau canh công ty có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện khách quan)

(Khuyến cáo để tốt cho sức khỏe không ăn 2 món rán trong 1 ngày, không ăn quá 3 bữa rán trên 1 tuần và khuyến cáo các món ăn kết hợp không có lợi cho sức khỏe: Trứng, bún, phở với sữa)

Ngày gửi: 04/04/2024

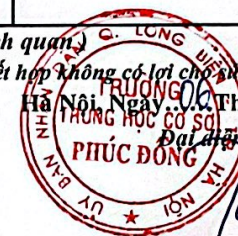
Người lập

Trần Thị Thu

Bên trường

Nguyễn Xuân Trường

Chuyên viên dinh dưỡng

Trần Hà An

Đại diện nhà trường

HIỆU TRƯỞNG

Dương Văn Tuấn