



UBND QUẬN LONG BIÊN  
TRƯỜNG MẦM NON NGUYỆT QUẾ

**THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG - LỚP NHÀ TRẺ**  
**(Tuần 1 - 3)**

*Thời gian áp dụng: Từ tháng 11 năm 2023*

THỜI GIAN		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
BỮA TRƯA	<b>Món cơm</b>	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám
	<b>Món mặn</b>	Tôm, thịt hấp nấm, cà rốt	Thịt bò, thịt lợn hầm củ quả	Cá diêu hồng, thịt xốt cà chua	Gà xốt chua ngọt	Thịt bò, thịt lợn sốt vang	Trứng thịt đào bông
	<b>Món canh</b>	Canh cải thảo nấu thịt, cà chua	Canh rau cải ngọt nấu thịt	Canh củ quả sườn non	Canh cải cúc nấu tôm đồng	Canh su hào cà rốt nấu thịt	Canh cải bó xôi nấu thịt
	<b>Món xào</b>	Khoai tây xào thịt	Su hào, cà rốt xào tôm	Cải chíp xào nấm	Bí đỏ xào tỏi	Cải thảo xào	Bí xanh, cà rốt xào tôm
	<b>Tráng miệng</b>	Caramen	Chuối tiêu	Nước cam nóng	Sữa Yakult	Sữa chua Elovi	Dưa hấu
<b>BỮA PHỤ CHIỀU</b>		Sữa bột Nutri care	Sữa bột Nutri care	Sữa bột Nutri care	Sữa bột Nutri care	Sữa bột Nutri care	Sữa bột Nutri care
<b>BỮA CHIỀU</b>		Cháo thịt bò bí đỏ	Cơm tám	Phở bò	Cơm tám	Xôi đỗ xanh thịt băm	Cháo gà hạt sen
		Nước cam nóng	Thịt gà, thịt lợn om nấm hương	Caramen	Trứng thịt hấp	Chuối tiêu	Thanh long
			Canh bắp cải nấu thịt		Canh ngao nấu dứa đậu non		



UBND QUẬN LONG BIÊN  
**TRƯỜNG MẦM NON NGUYỆT QUẾ**

## THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG - LỚP MẪU GIÁO (Tuần 1 - 3)

*Thời gian áp dụng: Từ tháng 11 năm 2023*

THỜI GIAN		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
<b>BỮA TRƯA</b>	<b>Món cơm</b>	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám
	<b>Món mặn</b>	Tôm, thịt hấp nấm, cà rốt	Thịt bò, thịt lợn hầm củ quả	Cá diêu hồng, thịt sốt cà chua	Gà sốt chua ngọt	Thịt bò, thịt lợn sốt vang	Trứng thịt đào bông
	<b>Món canh</b>	Canh cải thảo nấu thịt, cà chua	Canh rau cải ngọt nấu thịt	Canh củ quả sườn non	Canh cải cúc nấu tôm đồng	Canh su hào cà rốt nấu thịt	Canh cải bó xôi nấu thịt
	<b>Món xào</b>	Khoai tây xào thịt	Su hào, cà rốt xào tôm	Cải chíp xào nấm	Bí đỏ xào tỏi	Cải thảo xào	Bí xanh, cà rốt xào tôm
	<b>Tráng miệng</b>	Caramen	Chuối tiêu	Nước cam nóng	Sữa Yakult	Sữa chua Elovi	Dưa hấu
<b>BỮA CHIỀU</b>		Cháo thịt bò bí đỏ	Miến lươn	Phở bò	Mỳ chũ nấu thịt rau cải	Xôi đỗ xanh thịt băm	Cháo gà hạt sen
		Nước cam nóng	Sữa bột Nutri care	Caramen	Sữa bột Nutri care	Chuối tiêu	Thanh long

## THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG - LỚP NHÀ TRẺ (Tuần 2 - 4)

Thời gian áp dụng: Từ tháng 11 năm 2023

THỜI GIAN		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
<b>BỮA TRƯA</b>	<b>Món cơm</b>	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám
	<b>Món mặn</b>	Tôm thịt hầm nấm cà rốt	Thịt gà, thịt lợn om nấm	Trứng cút, thịt kho nước cốt dừa	Đậu non, thịt lợn xốt	Cá diêu hồng, thịt xốt cà chua	Tôm thịt viên xốt chua ngọt
	<b>Món canh</b>	Canh bí đỏ thịt gà	Canh rau cải cúc nấu ngao	Canh rau cải ngọt nấu thịt	Canh su hào, cà rốt sườn non	Canh bắp cải nấu thịt	Canh đậu thịt cà chua
	<b>Món xào</b>	Su su, cà rốt xào tỏi	Bí xanh xào tôm	Khoai tây xào	Bí ngòi xào tôm	Lơ xanh, nấm xào dầu hào	Cải ngọt xào tôm
	<b>Tráng miệng</b>	Sữa chua Elovi	Chuối tiêu	Caramen	Sữa Yakul	Thanh long	Dưa hấu
<b>BỮA PHỤ CHIỀU</b>		Sữa Nutri care	Sữa Nutri care	Sữa Nutri care	Sữa Nutri care	Sữa Nutri care	Sữa Nutri care
<b>BỮA CHIỀU</b>		Mỳ chũ rau cải thịt băm	Cơm tám	Cháo cá diêu hồng	Cơm tám	Xôi trắng ruốc thịt	Cháo sườn củ quả
		Dưa hấu	Thịt bò thịt lợn xốt vang	Nước cam nóng	Trứng thịt hấp	Sữa chua Elovi	Chuối tiêu
			Canh bắp cải nấu thịt		Canh cải bó xôi nấu thịt		



UBND QUẬN LONG BIÊN  
**TRƯỜNG MẦM NON NGUYỆT QUẾ**

**THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG- LỚP MẪU GIÁO**  
**(Tuần 2 - 4)**

*Thời gian áp dụng: Từ tháng 11 năm 2023*

THỜI GIAN		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
<b>BỮA TRƯA</b>	<b>Món cơm</b>	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám	Cơm tám
	<b>Món mặn</b>	Tôm thịt hầm nấm cà rốt	Thịt gà, thịt lợn om nấm	Trứng cút, thịt kho nước cốt dừa	Đậu non, thịt lợn xốt	Cá diêu hồng, thịt xốt cà chua	Tôm thịt viên xốt chua ngọt
	<b>Món canh</b>	Canh bí đỏ thịt gà	Canh rau cải cúc nấu ngao	Canh rau cải ngọt nấu thịt	Canh su hào, cà rốt sườn non	Canh bắp cải nấu thịt	Canh đậu thịt cà chua
	<b>Món xào</b>	Su su, cà rốt xào tỏi	Bí xanh xào tôm	Khoai tây xào	Bí ngòi xào tôm	Lơ xanh, nấm xào dầu hào	Cải ngọt xào tôm
	<b>Tráng miệng</b>	Sữa chua Elovi	Chuối tiêu	Caramen	Sữa Yakul	Thanh long	Dưa hấu
<b>BỮA CHIỀU</b>		Mỳ chũ rau cải thịt băm	Phở bò	Cháo cá diêu hồng	Miến gà	Xôi trắng ruốc thịt	Cháo sườn củ quả
		Dưa hấu	Sữa bột Nutri care	Nước cam nóng	Sữa bột Nutri care	Sữa chua Elovi	Chuối tiêu