PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN

TRƯỜNG MẦM NON GIA QUẤT

**BẢNG THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG (TUẦN II + IV)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **9h** | **Bữa chính trưa**  (Nhà trẻ + Mẫu giáo)  (Từ 10h15’ – 11h40’) | **Bữa phụ chiều**  (Nhà trẻ)  (Từ13h45’-14h15’) | **Bữa chính chiều**  (Nhà trẻ)  (Từ 15h15’ – 16h00’) | **Bữa phụ chiều**  (Mẫu giáo)  (Từ 14h00’ – 14h40’) |
| 2 | Sữa học đường | Cơm-Thịt gà, lợn sốt chua ngọt  Súp lơ xào thịt bò  Canh bí xanh nấu tôm | Sữa Megacare | Cháo thịt bò bí đỏ, đỗ xanh  Chuối tiêu | Cháo thịt bò bí đỏ, đỗ xanh  Chuối tiêu |
| 3 | Sữa học đường | Cơm- Trứng, thịt lợn sốt cà chua  Bí xanh xào thịt bò  Canh cải cúc nấu thịt | Sữa Megacare | Cơm- thịt lợn kho tàu  Canh bí xanh nấu thịt | Xôi đậu xanh(gấc)  Sữa Megacare |
| 4 | Sữa học đường | Cơm- Thịt bò, lợn hầm khoai tây, cà rốt  Canh rau cải nấu cá | Bánh dinh dưỡng | Phở gà  Sữa chua | Phở gà  Sữa chua |
| 5 | Sữa học đường | Cơm- Tôm biển,thịt lợn sốt cà chua  Su hào, cà rốt xào thịt lợn  Canh rau bắp cải nấu thịt | Sữa Megacare | Mì gạo thịt bò, thịt lợn, rau cải  Quýt Sài gòn | Mì gạo thịt bò, thịt lợn, rau cải  Quýt Sài gòn |
| 6 | Sữa học đường | Cơm- Cá quả thịt lợn sốt ngũ liễu  Giá đỗ xào thịt bò  Canh khoai tây, cà rốt nấu thịt | Sữa Megacare | Cơm thịt lợn sốt cà chua  Canh thịt thả giá đỗ | Bánh mì ruốc  Sữa Megacare |
| 7 |  | Cơm- Thịt gà sốt cari  Canh rau cải nấu thịt | Sữa Megacare | Cháo tôm, thịt lợn, cà rốt, đậu xanh  Bánh dinh dưỡng | Cháo tôm, thịt lợn, cà rốt, đậu xanh  Sữa Megacare |

|  |  |
| --- | --- |
| **HIỆU TRƯỞNG**  ***Nguyễn Ngọc Anh*** | **NGƯỜI LẬP**  ***Dương Thị Minh Ngọc*** |

PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN

TRƯỜNG MẦM NON GIA QUẤT

**BẢNG THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG (TUẦN I + III)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **9h** | **Bữa chính trưa**  (Nhà trẻ + Mẫu giáo)  (Từ 10h15’ – 11h40’) | **Bữa phụ chiều**  (Nhà trẻ)  (từ 13h45’ -14h15’) | | **Bữa chính chiều**  (Nhà trẻ)  (Từ 15h15’ – 16h00’) | **Bữa phụ chiều**  (Mẫu giáo)  (Từ 14h00’ – 14h40’) |
| 2 | Sữa học đường | Cơm- Thịt gà, lợn om nấm  Bắp cải xào thịt bò  Canh bí xanh nấu tôm đồng | Sữa Megacare | | Mỳ gạo nấu cua, Thịt lợn, rau cải  Chuối tiêu | Mỳ gạo nấu cua, thịt lợn, rau cải  Chuối tiêu |
| 3 | Sữa học đường | Cơm- Trứng cút,thịt lợn kho tàu  Bí ngô xào thịt bò  Canh cải cúc nấu thịt | Bánh dinh dưỡng | | Cơm- thịt lợn kho tàu  Canh chua nấu thịt | Xôi đậu xanh(gấc)  Sữa Megacare |
| 4 | Sữa học đường | Cơm- Tôm thịt sốt cà chua  Khoai tây, cà rốt xào thịt bò  Canh bắp cải nấu thịt | Sữa Megacare | | Phở gà  Bánh dinh dưỡng | Phở gà  Caramen |
| 5 | Sữa học đường | Cơm- Thịt bò, lợn sốt kho tàu  Su su, cà rốt xào thịt lợn  Canh rau cải nấu cá | Bánh dinh dưỡng | | Cháo thịt bò, lợn, khoai tây, đậu xanh,  Dưa hấu | Cháo thịt bò, lợn, khoai tây, đậu xanh,  Dưa hấu |
| 6 | Sữa học đường | Cơm- Cá quả thịt lợn sốt ngũ liễu  Giá đỗ xào thịt bò  Canh củ quả nấu thịt | Sữa Megacare | | Cơm- Thịt lợn sốt cà chua  Canh thịt thả giá đỗ | Bánh gato  Sữa Megacare |
| 7 |  | Thịt gà, lợn sốt chua ngọt  Canh bắp cải nấu thịt | Bánh dinh dưỡng | | Cháo cá, thịt , thìa là  Sữa Megacare | Cháo cá thịt, thìa là  Bánh dinh dưỡng |
|  | **HIỆU TRƯỞNG**  ***Nguyễn Ngọc Anh*** | | | **NGƯỜI LẬP**  ***Dương Thị Minh Ngọc*** | | |

PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN

TRƯỜNG MẦM NON GIA QUẤT

**BẢNG THỰC ĐƠN KHÔNG CÓ THỊT LỢN (TUẦN II + IV)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Thứ** | **Bữa chính trưa**  (Nhà trẻ + Mẫu giáo)  (Từ 10h15’ – 11h40’) | **Bữa phụ chiều**  (Nhà trẻ)  (Từ13h45’-14h15’) | **Bữa chính chiều**  (Nhà trẻ)  (Từ 15h15’ – 16h00’) | **Bữa phụ chiều**  (Mẫu giáo)  (Từ 14h00’ – 14h40’) |
|  | 2 | Cơm-Thịt gà om nấm  Súp lơ xào thịt bò  Canh rau bắp cải | Sữa Megacare | Cháo thịt bò bí đỏ, đỗ xanh  Chuối tiêu/Bánh dinh dưỡng | Cháo thịt bò bí đỏ, đỗ xanh  Chuối tiêu |
|  | 3 | Cơm-Trứng đúc nấm hương  Giá đỗ xào thịt bò  Củ quả luộc | Sữa Megacare | Cơm thịt bò sốt cà chua  Canh giá đỗ | Xôi đậu xanh(gấc)  Sữa Megacare |
|  | 4 | Cơm- Thịt bò kho tàu  Khoai tây xào tỏi  Canh rau cải nấu cá | Bánh dinh dưỡng | Phở gà  Caramen  (Sữa chua) | Phở gà  Caramen  (Sữa chua) |
|  | 5 | Cơm- Tôm biển sốt cà chua  Đậu côve xào thịt bò  Canh rau ngót | Sữa Megacare | Mì gạo thịt bò, rau cải  Quýt Sài gòn | Mì gạo thịt bò, rau cải  Quýt Sài gòn |
|  | 6 | Cơm- Cá quả sốt cà chua  Su hào, cà rốt xào thịt bò  Canh rau cải cúc | Sữa Megacare | Cơm thịt bò sốt chua ngọt  Canh chua nấu cá | Bánh mì ruốc  Sữa Megacare |
|  | 7 | Cơm- Thịt bò sốt cà chua  Canh bí xanh nấu tôm đồng | Bánh dinh dưỡng | Cháo tôm, cà rốt, đậu xanh  Sữa Megacare | Cháo tôm, cà rốt, đậu xanh  Sữa Megacare |

|  |  |
| --- | --- |
| **HIỆU TRƯỞNG**  ***Nguyễn Ngọc Anh*** | **NGƯỜI LẬP**  ***Dương Thị Minh Ngọc*** |

PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN

TRƯỜNG MẦM NON GIA QUẤT

**BẢNG THỰC ĐƠN KHÔNG CÓ THỊT LỢN (TUẦN I + III)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Bữa chính trưa**  (Nhà trẻ + Mẫu giáo)  (Từ 10h15’ – 11h40’) | **Bữa phụ chiều**  (Nhà trẻ)  (từ 13h45’ -14h15’) | | **Bữa chính chiều**  (Nhà trẻ)  (Từ 15h15’ – 16h00’) | **Bữa phụ chiều**  (Mẫu giáo)  (Từ 14h00’ – 14h40’) |
| 2 | Cơm- Thịt gà om nấm  Bắp cải xào thịt bò  Canh chua nấu ngao | Sữa Megacare | | Cơm- thịt bò kho tàu  Canh bắp cải | Xôi đậu xanh(gấc)  Sữa Megacare |
| 3 | Cơm- trứng sốt cà chua  Bí ngô xào thịt bò  Canh củ quả | Bánh dinh dưỡng | | Cháo thịt bò, khoai tây, cà rốt, đậu xanh,  Quýt Sài gòn | Cháo thịt bò, khoai tây, cà rốt, đậu xanh,  Quýt Sài gòn |
| 4 | Cơm- Tôm biển sốt cà chua  Khoai tây xào thịt bò  Canh rau cải cúc | Sữa Megacare | | Phở gà  Bánh dinh dưỡng | Phở gà  Caramen |
| 5 | Cơm- Thịt bò sốt kho tàu  Su su, cà rốt xào tỏi  Canh rau cải nấu cá | Bánh dinh dưỡng | | Mỳ gạo nấu cua, rau cải  Dưa hấu | Mỳ gạo nấu cua, rau cải  Dưa hấu |
| 6 | Cơm- Cá quả sốt cà chua  Giá đỗ xào thịt bò  Canh bí xanh | Sữa Megacare | | Cơm- Thịt bò sốt cà chua  Canh cá nấu chua | Bánh gato  Sữa Megacare |
| 7 | Thịt gà sốt cà chua  Canh rau bắp cải | Bánh dinh dưỡng | | Cháo cá , thìa là  Sữa Megacare | Cháo cá, thìa là  Bánh dinh dưỡng |
| **HIỆU TRƯỞNG**  ***Nguyễn Ngọc Anh*** | | | **NGƯỜI LẬP**  ***Dương Thị Minh Ngọc*** | | |