

THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG TUẦN 1+3
NĂM HỌC 2019 – 2020

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Bữa trưa MG + NT (10h15 – 11h40)	Com	Com gạo tám thái	Com gạo tám thái	Com gạo tám thái	Com gạo tám thái	Com gạo tám thái
	Món xào	Cải bắp xào	Khoai tây + cà rốt xào		Su hào + cà rốt xào	
	Món mặn	Đậu + thịt lợn sốt cà chua	Thịt bò + lợn om nấm	Trứng đúc thịt nấm hương	Cá + thịt lợn sốt cà chua	Thịt lợn sốt cà chua
	Món canh	Canh bí xanh (bầu) nấu tôm	Canh củ quả hầm xương	Canh cá nấu chua	Canh cải bắp nấu thịt lợn	Canh rau cải nấu ngao
Bữa phụ chiều	Tráng miếng	Bánh su kem	Chuối tiêu	Thanh Long	Dưa hấu	Bánh su kem
	Mẫu giáo (14h – 14h40)	- Cháo chim bồ xanh hạt sen Sữa Mega Care Gold (80 ml)	- Mỳ gạo nấu thịt bò rau cải Sữa đậu nành (120 ml)	- Cháo thịt gà bí ngô Sữa Mega Care Gold (80 ml)	- Xôi đỗ xanh + ruốc lạc vùng -Nước cam	- Mỳ sợi nấu thịt gà rau cải Sữa Mega Care Gold (80 ml)
Bữa chính chiều	Nhà trẻ (13h45 – 14h15)	Sữa Mega Care Gold (80 ml)	Sữa đậu nành (120 ml)	Sữa Mega Care Gold (80 ml)	Nước cam	Sữa Mega Care Gold (80 ml)
	Nhà trẻ (15h15 – 16h00)	- Cháo chim bồ xanh hạt sen - Dưa hấu	- Trứng đào thịt - Canh cải bắp nấu thịt	- Cháo thịt gà bí ngô - Bánh su kem	- Tôm dim thịt - Canh cải cúc nấu thịt	- Mỳ sợi nấu thịt gà rau cải - Dưa hấu

KT Hiệu trưởng
Phó Hiệu trưởng



THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG TUẦN 2+ 4
NĂM HỌC 2019 – 2020

Thời gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
Bữa trưa MG + NT (10h15 – 11h30)	Cơm	Cơm gạo tám thái	Cơm gạo tám thái	Cơm gạo tám thái	Cơm gạo tám thái	Cơm gạo tám thái	Cơm gạo tám thái
	Món xào	Cải bắp xào		Khoai tây + cà rốt xào		Su hào + cà rốt xào thịt bò	
	Món mặn	Ruốc thịt lợn + lạc vùng	Tôm + thịt lợn sốt cà chua	Đậu thịt sốt cà chua	Trứng thịt + nấm hương đảo bông	Thịt bò + lợn nấu cari	Cá + thịt lợn sốt cà chua
	Món canh	Canh riêu cua	Canh rau cải cúc nấu thịt	Canh bí xanh nấu tôm	Canh rau cải nấu cua	Canh rau cải bắp nấu tôm	Canh rau cải cúc nấu thịt lợn
	Tráng miệng	Thanh Long	Bánh su kem	Chuối tiêu	Dưa hấu	Bánh su kem	Chuối tiêu
Bữa phụ chiều	Mẫu giáo (14h – 14h40)	- Cháo thịt bò bí đỏ đỗ xanh Sữa Mega Care Gold (80 ml)	- Xôi gấc đỗ xanh Nước cam	- Mỳ sợi nấu thịt bò rau cải Sữa Mega Care Gold (80 ml)	- Bánh mỳ ruốc bơ Sữa đậu nành (120 ml)	Bún thịt gà nấm hương Sữa Mega Care Gold (80 ml)	- Cháo thịt lợn bí đỏ + đỗ xanh Sữa Mega Care Gold (80 ml)
	Nhà trẻ (13h45 – 14h15)	Sữa Mega Care Gold (80 ml)	Nước cam	Sữa Mega Care Gold (80 ml)	Sữa đậu nành (120 ml)	Sữa Mega Care Gold (80 ml)	Sữa Mega Care Gold (80 ml)
Bữa chính chiều	Nhà trẻ (15h00 – 16h00)	- Cháo thịt bò bí đỏ đỗ xanh - Bánh su kem	- Thịt bò nấu cari - Canh bí xanh nấu tôm	- Mỳ sợi nấu thịt bò rau cải - Bánh su kem	- Tôm + thịt lợn sốt cà chua - Canh cải bắp nấu thịt lợn	- Bún thịt gà nấm hương - Chuối tiêu	- Cháo thịt lợn bí đỏ + đỗ xanh - Dưa hấu

KT Hiệu trưởng
Phó Hiệu trưởng
TRƯỜNG
MẦM NON
HOA SEN
Nguyễn Kiều Cảnh