|  |  |
| --- | --- |
| PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN**TRƯỜNG MẦM NON LONG BIÊN A** | **THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG CỦA TRẺ****NĂM HỌC 2020 - 2021****TUẦN I – III THỰC HIỆN TỪ THÁNG 10/2020 ĐẾN THÁNG 3/2021** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **THỨ** | **BỮA CHÍNH TRƯA** **(Mẫu giáo + Nhà trẻ: Từ 10h15 -> 11h15)****Sữa học đường: 15h30 (từ tháng 9/2020)** | **BỮA PHỤ CHIỀU****(Mẫu giáo)****Từ: 14h00 -> 14h30** | **BỮA PHỤ CHIỀU (Nhà trẻ)****Từ: 13h45 -> 14h15** | **BỮA CHÍNH CHIỀU****(Nhà trẻ)****Từ: 15h15 -> 16h15** |
| 2 | Cơm tẻ + Thịt bò, thịt lợn hầm củ quảGiá đỗ, mướp xào thịt lợnCanh rau cải nấu ngao, thịt | Phở gà Chuối tiêu | Chuối tiêu | Cơm tẻThịt sốt cà chuaCanh bí nấu thịt |
| 3 | Cơm tẻ + Trứng cút kho thịtĐỗ, ngô ngọt, cà rốt xào thịt lợn Canh chua thịt thả giá đỗ | Cháo chim câu đậu xanhThanh Long | Sữa Metacare | Cháo chim câu đậu xanh Thanh long |
| 4 | Cơm tẻ + Tôm thịt sốt cà chuaSu su, cà rốt xào thịt lợnCanh rau ngót (cải cúc) nấu thịt | Xôi bắp nước cốt dừa đậu xanhSữa chua | Dưa hấu | Cơm tẻThịt lợn rangCanh bắp cải nấu thịt |
| 5 | Cơm tẻ + Cá diêu hồng hấp xì dầuSúp lơ, cà rốt xào thịt lợnCanh bắp cải nấu thịt | Mỹ chũ nấu thịt ngan, thịt lợnDưa hấu (Đu đủ) | Sữa Metacare | Mỹ chũ nấu thịt ngan, thịt lợnDưa hấu (Đu đủ) |
| 6 | Cơm tẻ + Thịt gà, thịt lợn nấu cà riCải thảo xào thịt lợnCanh ngũ sắc | Bún riêu cá nấu thịtNước cam | Sữa Metacare | Bún riêu cá nấu thịtNước cam |
| 7 | Cơm tẻThịt lợn viên hấp nấmCanh đậu nấu thịt cà chua | Cháo bò bí đỏ hầm đậu xanhQuýt ngọt Sài Gòn | Sữa Metacare | Cháo bò bí đỏ hầm đậu xanhQuýt ngọt Sài Gòn |

|  |  |
| --- | --- |
| **Người lập****Nguyễn Thị Bắc** | **Hiệu trưởng****Đào Thị Thu Hương** |
| PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN**TRƯỜNG MẦM NON LONG BIÊN A** | **THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG CỦA TRẺ****NĂM HỌC 2020 - 2021****TUẦN II – IV THỰC HIỆN TỪ THÁNG 10/2020 ĐẾN THÁNG 3/2021** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **THỨ** | **BỮA CHÍNH TRƯA** **(Mẫu giáo + Nhà trẻ: Từ 10h15 -> 11h15)****Sữa học đường: 15h30 (từ tháng 9/2019)** | **BỮA PHỤ CHIỀU****(Mẫu giáo)****Từ: 14h00 -> 14h40** | **BỮA PHỤ CHIỀU (Nhà trẻ)****Từ: 13h45 -> 14h15** | **BỮA CHÍNH CHIỀU****(Nhà trẻ)****Từ: 15h15 -> 16h15** |
| 2 | Cơm tẻ + Tôm biển rim thịtKhoai tây xào thịt lợnCanh rau cải nấu lạc, thịt | Phở bò Chuối tiêu | Chuối tiêu | Cơm tẻThịt kho tàuCanh su hào, cà rốt nấu thịt |
| 3 | Cơm tẻ + Đậu, thịt sốt cà chuaBắp cải xào cà chua thịt lợnCanh su hào (Khoai tây), cà rốt hầm xương | Mỳ chũ nấu thịt rau cảiCaramen | Sữa Metacare | Mỳ chũ nấu thịt rau cảiThanh Long |
| 4 | Cơm tẻ + Cá, thịt lợn kho giềngCải thảo xào thịt lợnCanh củ dền nấu thịt | Xôi gấc đậu xanh (xôi xéo)Dưa hấu | Dưa hấu | Cơm tẻThịt lợn sốt cà chuaCanh rau cải nấu thịt |
| 5 | Cơm tẻ + Thịt bò, thịt lợn củ quả nấu sốt vangSu su, cà rốt xào thịt lợnCanh rau ngót (cải cúc) nấu thịt | Cháo tôm, thịt hầm đậu xanh hạt senThanh long | Sữa Metacare | Cháo tôm, thịt hầm đậu xanh hạt senThanh long |
| 6 | Cơm tẻ + Trứng, thịt đảo bôngĐỗ ve, cà rốt xào thịt lợnCanh bắp cải nấu thịt | Bún thịt gà nấm hươngQuýt ngọt Sài Gòn | Sữa Metacare | Bún thịt gà nấm hương Quýt ngọt Sài Gòn |
| 7 | Cơm tẻThịt gà, thịt lợn om nấmCanh bí nấu thịt lợn, xương gà | Cháo ngaoĐu đủ (Thanh long) | Sữa Metacare | Cháo ngaoĐu đủ (Thanh long) |

|  |  |
| --- | --- |
| **Người lập****Nguyễn Thị Bắc** | **Hiệu trưởng****Đào Thị Thu Hương** |