|  |
| --- |
| PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN  **TRƯỜNG MẦM NON SƠN CA** |

**THỰC ĐƠN MÙA HÈ TUẦN 1+3 – NĂM HỌC 2022 – 2023**

**Thời gian thực hiện từ tháng 9 năm 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **MẪU GIÁO** | | **NHÀ TRẺ** | | |
| **Bữa chính sáng**  **(Từ 10h30 - 11h40)** | **Bữa chiều**  **(Từ 14h00** - **14h40)** | **Bữa chính sáng**  **(Từ 10h15 - 11h15)** | **Bữa phụ chiều**  **(13h45 -14h15)** | **Bữa chính chiều**  **(Từ 15h00 – 16h15)** |
| **Hai** | - Cơm + Tôm thịt xốt cà chua  - Canh bí xanh nấu lườn gà  - Mướp xào thịt bò | - Xôi ngô  - Sữa MegaMilky  Grow School | - Cơm + Tôm thịt xốt cà chua  - Canh bí xanh nấu lườn gà  - Mướp xào thịt bò | - *Sữa*  *Mega Milky*  *Grow School* | - Cơm + Thịt lợn hầm  - Canh rau ngót nấu xương |
| **Ba** | - Cơm + Cá quả viên thịt xốt cà chua  - Canh khoai tây, cà rốt nấu thịt  - Đỗ quả xào thịt  - Caramen Hải Tân | - Bún bò nấu xương  - Sữa Cowtruemilk | - Cơm + Cá quả viên thịt xốt cà chua  - Canh khoai tây, cà rốt nấu thịt  - Đỗ quả xào thịt  - Caramen Hải Tân | ***-*** *Dưa hấu* | - Bún bò nấu xương  - Sữa Cowtruemilk |
| **Tư** | - Cơm + Đậu phụ xốt tôm thịt  - Canh rau muống nấu thịt  - Sữa chua Elovi | - Cháo chim hầm đậu xanh hạt sen  - Sữa Mega Milky Grow School | - Cơm + Đậu phụ xốt tôm thịt  - Canh rau muống nấu thịt  - Sữa chua Elovi | ***-*** *Thanh long* | - Cháo chim hầm đậu xanh hạt sen  ***-***Sữa Mega Milky Grow School |
| **Năm** | - Cơm + Trứng đúc thịt nấm hương  - Canh thịt bò hầm rau củ  - Su su xào thịt.  - Dưa hấu | - Bánh gato  - Sữa Cowtruemilk | - Cơm + Trứng đúc thịt nấm hương  - Canh thịt bò hầm rau củ  - Su su xào thịt.  - Dưa hấu | - *Sữa Cowtruemilk* | - Cơm + Thịt lợn kho tàu  - Canh bí xanh  nấu thịt |
| **Sáu** | - Cơm + Bò lợn xốt cà chua  - Canh mồng tơi nấu cua đồng  - Khoai tây xào thịt | - Miến gà hành mùi  - Caramen Hải Tân | - Cơm + Bò lợn xốt cà chua  - Canh mồng tơi nấu cua đồng  - Khoai tây xào thịt | ***-*** *Chuối tây*  *(Chuối tiêu)* | - Miến gà hành mùi  - Caramen Hải Tân |
| **Bẩy** | - Cơm + Gà lợn om nấm hương  - Canh bầu nấu ngao | - Cháo bò hầm bí đỏ  - Sữa Mega Milky Grow School | - Cơm + Gà lợn om nấm hương  - Canh bầu nấu ngao | *- Sữa*  *Mega Milky*  *Grow School* | - Cháo bò hầm bí đỏ |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |
| --- |
| PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN  **TRƯỜNG MẦM NON SƠN CA** |

**THỰC ĐƠN MÙA HÈ TUẦN 2+4 – NĂM HỌC 2022 - 2023**

**Thời gian thực hiện từ tháng 9 năm 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **MẪU GIÁO** | | **NHÀ TRẺ** | | |
| **Bữa chính sáng**  **(Từ 10h30 - 11h40)** | **Bữa chiều**  **(Từ 14h00** - **14h40)** | **Bữa chính sáng**  **(Từ 10h15 - 11h15)** | **Bữa phụchiều**  **(13h45 -14h15)** | **Bữa chính chiều**  **(Từ 15h00 - 16h15)** |
| **Hai** | - Cơm + Tôm thịt xốt cà chua  - Canh khoai tây, cà rốt nấu thịt  - Bí xanh xào thịt  - Chuối tiêu *(Chuối tây)* | - Mỳ thịt bò rau cải  - Sữa Cowtruemilk | - Cơm + Tôm thịt xốt cà chua  - Canh khoai tây, cà rốt nấu thịt  - Bí xanh xào thịt  - Chuối tiêu *(Chuối tây)* | *- Caramen Hải Tân* | - Mỳ thịt bò rau cải  - Sữa Cowtruemilk |
| **Ba** | - Cơm + Cá quả viên thịt xốt cà chua  - Canh giá thịt bò nấu chua  - Đỗ quả, cà rốt xào thịt | - Súp gà ngô non  - Bánh Sanwich | - Cơm + Cá quả viên thịt xốt cà chua  - Canh giá thịt bò nấu chua  - Đỗ quả, cà rốt xào thịt | ***-*** *Sữa Mega Milky Grow School* | - Cơm + Thịt lợn hầm khoai tây  - Canh bầu nấu thịt |
| **Tư** | - Cơm + Gà lợn om nấm hương  - Canh bí xanh nấu tôm đồng  - Khoai tây xào thịt bò | - Cháo lươn hành răm  - Sữa Cowtruemilk | - Cơm + Gà lợn om nấm hương  - Canh bí xanh nấu tôm đồng  - Khoai tây xào thịt bò | - *Thanh long* | - Cháo lươn hành răm  - Sữa Cowtruemilk |
| **Năm** | - Cơm + Trứng thịt lợn kho tàu  - Canh rau ngót nấu thịt  - Su su, cà rốt xào tôm  - Dưa hấu | - Bánh gato  - Sữa Mega Milky Grow Shool | - Cơm + Trứng thịt lợn kho tàu  - Canh rau ngót nấu thịt  - Su su, cà rốt xào tôm  - Dưa hấu | - *Sữa Mega Milky Grow Shool* | - Cơm + Bò lợn xốt cà chua  - Canh cải xanh nấu thịt |
| **Sáu** | - Cơm + Bò lợn xốt vang  - Canh cá nấu chua thả giá đậu | - Phở gà hành thơm  - Sữa chua Elovi | - Cơm + Bò lợn xốt vang  - Canh cá nấu chua thả giá đậu | ***-*** *Chuối tây*  *(Chuối tiêu)* | - Phở gà hành thơm  - Sữa chua Elovi |
| **Bẩy** | - Cơm + Đậu phụ xốt tôm thịt  - Canh cải xanh nấu thịt  - Bí đỏ xào thịt | - Cháo gà hầm đậu xanh  - Sữa Cowtruemilk | - Cơm + Đậu phụ xốt tôm thịt  - Canh cải xanh nấu thịt  - Bí đỏ xào thịt | ***-*** *Sữa Cowtruemilk* | - Cháo gà hầm đậu xanh |