**PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN**

**TRƯỜNG MẦM NON VIỆT HƯNG**

**THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG - NĂM HỌC 2018- 2019( THÁNG 10,11,12,1,2,3)**

**TUẦN 1 +3**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Bữa trưa**  ***(10h15 – 11h45)*** | **Bữa phụ chiều**  ***(14h - 14h40)*** | **Bữa phụ chiều**  ***(14h- 14h30))*** | **Bữa chính chiều**  ***(15h00-15h45)*** |
|  | **MẪU GIÁO + NHÀ TRẺ** | **MẪU GIÁO** | **NHÀ TRẺ** | **NHÀ TRẺ** |
| **Thứ hai** | Cơm gạo tám - Thịt bò sốt vang  Củ quả xào dầu hào  Canh cải cúc nấu tôm đồng  Sữa chua | Phở gà Hà Nội  Dưa hấu | Sữa CT Vinamilk | Phở gà Hà Nội  Dưa hấu |
| **Thứ ba** | Cơm gạo tám - Ruốc cá lạc vừng  Cải thảo xào thịt  Canh củ quả hầm thịt bò  Sữa CT Vinamilk | Xôi thịt lợn kho tàu  Nước chanh leo | Sữa CT Vinamilk | Cơm thịt lợn kho tàu  Bí xanh xào  Canh chua nấu thịt |
| **Thứ tư** | Cơm gạo tám - Thịt bò, lợn hầm ngũ vị  Ngô ngọt xào thập cẩm  Canh cải xanh nấu thịt  Sữa chua | Cháo tôm đậu xanh bí đỏ  Chuối chin | Sữa CT Vinamilk | Cháo tôm đậu xanh bí đỏ  Chuối chin |
| **Thứ năm** | Cơm gạo tám - Tôm thịt dim  Lơ xanh xào thập cẩm  Canh bắp cải nấu thịt  Kem caramen | Bánh mỳ bơ ruốc  Sữa CT Vinamilk | Sữa CT Vinamilk | Cơm thịt đậu sốt  Giá đỗ xào  Canh cải xanh nấu thịt |
| **Thứ sáu** | Cơm gạo tám - Trứng cút thịt kho tàu  Bắp cải xào thịt lợn  Canh bí đỏ đậu xanh nấu thịt  Sữa CT Vinamilk | Mỳ chũ nấu thịt bò rau cải  Đu đủ chín | Sữa CT Vinamilk | Mỳ chũ nấu thịt bò rau cải  Đu đủ chín |
| **Thứ bẩy** | Cơm gạo tám - Thịt gà nấu cari  Canh rau cải xanh nấu thịt  Sữa chua | Cháo thịt lợn đậu xanh  Kem caramen | Sữa CT Vinamilk | Cháo thịt lợn đậu xanh  Kem caramen |

**PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN**

**TRƯỜNG MẦM NON VIỆT HƯNG**

**THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG - NĂM HỌC 2018- 2019( THÁNG 10,11,12,1,2,3) - TUẦN 2**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Bữa trưa**  ***(10h15 – 11h45)*** | | **Bữa phụ chiều**  ***(14h - 14h40)*** | **Bữa phụ chiều**  ***(14h- 14h30)*** | **Bữa chính chiều**  ***(15h00-15h45)*** |
|  | **MẪU GIÁO + NHÀ TRẺ** | | **MẪU GIÁO** | **NHÀ TRẺ** | **NHÀ TRẺ** |
| **Thứ hai** | Cơm gạo tám - Thịt gà, lợn hầm nấm  Súp lơ xào thập cẩm  Canh cải xanh nấu thịt -Sữa chua | | Bún thịt riêu cua  Dưa hấu | Sữa CT Metacare Eco | Bún thịt riêu cua  Dưa hấu |
| **Thứ ba** | **MGL+ NT**  Cơm gạo tám - Cá quả, thịt lợn sốt xì dầu  Bí đỏ xào tỏi Canh bắp cải nấu thịt  Sữa CT Metacare Eco | MGB+ MGN  Ăn tự chọn các món: Bánh bao chay, bánh ngọt, bún riêu cua, mỳ ý xào thịt bò, súp gà ngô non, cháo thịt,cơm rang thập cẩm, gà rán kiểu KFC, khoai tây chiên, xúc xích đức, phồng tôm, Nước ép dưa hấu, nước chanh leo, Caramen, chuối chin, thanh long… | Xôi thịt gà dim  Nước cam vắt | Sữa CT Metacare Eco | Cơm thịt gà dim  Bí xanh xào  Canh cải cúc nấu thịt |
| **Thứ tư** | MGB+ MGNCơm gạo tám -Thịt lợn om đậu phụ cà chua  Củ quả xào dầu hào  Canh bí xanh nấu tôm đồng  Sữa chua | **MGL+ NT**  Ăn tự chọn các món: Bánh bao chay, bánh ngọt, bún riêu cua, mỳ ý xào thịt bò, súp gà ngô non, cháo thịt,cơm rang thập cẩm, gà rán kiểu KFC, khoai tây chiên, xúc xích đức, phồng tôm, Nước ép dưa hấu, nước chanh leo, Caramen, chuối chin, thanh long… | Cháo chim bồ câu đậu xanh  Chuối chín | Sữa CT Metacare Eco | Cháo chim bồ câu đậu xanh  Chuối chín |
| **Thứ năm** | Cơm gạo tám – Ruốc tôm lạc vừng  Bí xanh xào thịt  Canh cải cúc nấu thịt bò-Kem caramen | | Bánh mỳ bơ ruốc  Sữa CT Metacare Eco | Sữa CT Metacare Eco | Cơm thịt bò kho  Su su xào  Canh bắp cải nấu thịt |
| **Thứ sáu** | Cơm gạo tám - Thịt bò, lợn hầm củ quả  Giá đỗ xào  Canh bí đỏ đậu xanh nấu thịt lợn-Sữa CT Metacare Eco | | Cháo cá quả đậu xanh  Đu đủ chín | Sữa CT Metacare Eco | Cháo cá quả đậu xanh  Đu đủ chín |
| **Thứ bẩy** | Cơm gạo tám - Trứng cút thịt kho tàu  Canh cải bắp nấu thịt lợn - Sữa chua | | Phở gà  Kem caramen | Sữa CT Metacare Eco | Phở gà  Kem caramen |

**PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN**

**TRƯỜNG MẦM NON VIỆT HƯNG**

**THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG - NĂM HỌC 2018- 2019( THÁNG 10,11,12,1,2,3)**

**TUẦN 4**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Bữa trưa**  ***(10h15 – 11h45)*** | **Bữa phụ chiều**  ***(14h - 14h40)*** | **Bữa phụ chiều**  ***(14h- 14h30))*** | **Bữa chính chiều**  ***(15h00-15h45)*** |
|  | **MẪU GIÁO + NHÀ TRẺ** | **MẪU GIÁO** | **NHÀ TRẺ** | **NHÀ TRẺ** |
| **Thứ hai** | Cơm gạo tám - Thịt gà, lợn hầm nấm  Súp lơ xào thập cẩm  Canh cải xanh nấu thịt  Sữa chua | Bún thịt riêu cua  Dưa hấu | Sữa CT Metacare Eco | Bún thịt riêu cua  Dưa hấu |
| **Thứ ba** | Cơm gạo tám - Cá quả, thịt lợn sốt xì dầu  Bí đỏ xào tỏi  Canh bắp cải nấu thịt  Sữa CT Metacare Eco | Xôi thịt gà dim  Nước cam vắt | Sữa CT Metacare Eco | Cơm thịt gà dim  Bí xanh xào  Canh cải cúc nấu thịt |
| **Thứ tư** | Cơm gạo tám -Thịt lợn om đậu phụ cà chua  Củ quả xào dầu hào  Canh bí xanh nấu tôm đồng  Sữa chua | Cháo chim bồ câu đậu xanh  Chuối chín | Sữa CT Metacare Eco | Cháo chim bồ câu đậu xanh  Chuối chín |
| **Thứ năm** | Cơm gạo tám – Ruốc tôm lạc vừng  Bí xanh xào thịt  Canh cải cúc nấu thịt bò  Kem caramen | Bánh mỳ bơ ruốc  Sữa CT Metacare Eco | Sữa CT Metacare Eco | Cơm thịt bò kho  Su su xào  Canh bắp cải nấu thịt |
| **Thứ sáu** | Cơm gạo tám - Thịt bò, lợn hầm củ quả  Giá đỗ xào  Canh bí đỏ đậu xanh nấu thịt lợn  Sữa CT Metacare Eco | Cháo cá quả đậu xanh  Đu đủ chín | Sữa CT Metacare Eco | Cháo cá quả đậu xanh  Đu đủ chín |
| **Thứ bẩy** | Cơm gạo tám - Trứng cút thịt kho tàu  Canh cải bắp nấu thịt lợn  Sữa chua | Phở gà  Kem caramen | Sữa CT Metacare Eco | Phở gà  Kem caramen |