**PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN**

**TRƯỜNG MẦM NON VIỆT HƯNG**

**THỰC ĐƠN MÙA HÈ - NĂM HỌC 2017 - 2018**

**TUẦN 1**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 -Tôm, thịt dim chua ngọt  Giá đỗ xào thịt bò  Canh rau rền nấu thịt  Sữa Metacare Eco | - Cháo thịt gà đậu xanh hạt sen  - Nước cam ép | Bánh dinh dưỡng | - Cháo thịt gà đậu xanh hạt sen  - Nước cam ép |
| **Thứ ba** | Cơm gạo tám -Thịt lợn om đậu phụ cà chua  Ngô ngọt xào thập cẩm  Canh bầu nấu tôm đồng  Sữa đậu nành | - Bánh mỳ bơ ruốc  - Sữa Metacare Eco | - Sữa Metacare Eco | - Cơm thịt bò sốt vang  Bí xanh xào  - Canh rau muống nấu chua |
| **Thứ tư** | Cơm gạo tám -Cá quả viên thịt sốt chua ngọt  Củ quả xào dầu hào  Canh rau muống nấu thịt lợn  Sữa chua | - Phở bò Hà Nội  - Chuối chín | Sữa Metacare Eco | - Phở bò Hà Nội  - Chuối chín |
| **Thứ năm** | Cơm gạo tám -Trứng thịt hấp vân  Bầu xào hành răm  Canh rau ngót nấu thịt lợn  Sữa Metacare Eco | - Cháo tôm đậu xanh bí đỏ  - Nước chanh leo | Bánh dinh dưỡng | - Cháo tôm đậu xanh bí đỏ  - Nước chanh leo |
| **Thứ sáu** | Cơm gạo tám -Thịt bò thịt lợn kho ngũ vị  Bí xanh xào thịt  Canh mùng tơi, nấu tôm đồng  Sữa đậu nành | - Bún thịt gà  - Kem caramen | Sữa Metacare Eco | - Bún thịt gà  - Kem caramen |
| **Thứ bẩy** | Cơm gạo tám -Thịt gà om nấm  Bí đỏ xào tỏi  Canh rau cải xanh nấu thịt-Sữa MetacareEco | - Mỳ chũ nấu thịt  - Dưa hấu | Bánh dinh dưỡng | - Mỳ chũ nấu thịt  - Dưa hấu |

**THỰC ĐƠN MÙA HÈ - NĂM HỌC 2017 - 2018**

**TUẦN 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 -Tôm, thịt dim chua ngọt  Giá đỗ xào thịt bò  Canh rau rền nấu thịt  Sữa Metacare Eco | - Cháo thịt gà đậu xanh hạt sen  - Nước cam ép | Bánh dinh dưỡng | - Cháo thịt gà đậu xanh hạt sen  - Nước cam ép |
| **Thứ ba** | Cơm gạo tám -Thịt lợn om đậu phụ cà chua  Ngô ngọt xào thập cẩm  Canh bầu nấu tôm đồng  Sữa đậu nành | - Bánh mỳ bơ ruốc  - Sữa Metacare Eco | - Sữa Metacare Eco | - Cơm thịt bò sốt vang  Bí xanh xào  - Canh rau muống nấu chua |
| **Thứ tư** | Cơm gạo tám -Cá quả viên thịt sốt chua ngọt  Củ quả xào dầu hào  Canh rau muống nấu thịt lợn  Sữa chua | - Phở bò Hà Nội  - Chuối chín | Sữa Metacare Eco | - Phở bò Hà Nội  - Chuối chín |
| **Thứ năm** | Cơm gạo tám -Trứng thịt hấp vân  Bầu xào hành răm  Canh rau ngót nấu thịt lợn  Sữa Metacare Eco | - Cháo tôm đậu xanh  - Nước chanh leo | Bánh dinh dưỡng | - Cháo tôm đậu xanh  - Nước chanh leo |
| **Thứ sáu** | Cơm gạo tám -Thịt bò thịt lợn kho ngũ vị  Bí xanh xào thịt  Canh mùng tơi, nấu tôm đồng  Sữa đậu nành | - Bún thịt gà  - Kem caramen | Sữa Metacare Eco | - Bún thịt gà  - Kem caramen |
| **Thứ bẩy** | Cơm gạo tám -Thịt gà om nấm  Bí đỏ xào tỏi  Canh rau cải xanh nấu thịt  Sữa Metacare Eco | - Mỳ chũ nấu thịt  - Dưa hấu | Bánh dinh dưỡng | - Mỳ chũ nấu thịt  - Dưa hấu |

**THỰC ĐƠN MÙA HÈ - NĂM HỌC 2017 - 2018**

**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** | **MGL +MGN**  Cơm gạo tám - Thịt bò hầm ngũ vị  Bàu xào thịt  Canh mồng tơi mướp nấu cua  Sữa CT Vinamilk | **MGB + NT**  Ăn tự chọn các món: Bánh bao chay, bánh ngọt, bún riêu cua, mỳ ý xào thịt bò, súp gà ngô non, cơm rang thập cẩm, gà rán kiểu KFC, khoai tây chiên, xúc xích đức, phồng tôm, Nước ép dưa hấu, nước chanh leo, sữa đậu nành, Caramen, chuối chin, thanh long… | -Phở gà Hà Nội  -Dưa hấu | Bánh dinh dưỡng | -Phở gà Hà Nội  -Dưa hấu |
| **Thứ ba** | **MGL + MGB + NT**  Cơm gạo tám - Cá quả sốt nấm  Súp lơ xào nấm hương  Canh bí đỏ đậu xanh nấu thịt bò  Sữa đậu nành | **MGN**  Ăn tự chọn các món: Bánh bao chay, bánh ngọt, bún riêu cua, mỳ ý xào thịt bò, súp gà ngô non, cơm rang thập cẩm, gà rán kiểu KFC, khoai tây chiên, xúc xích đức, phồng tôm, Nước ép dưa hấu, nước chanh leo, sữa đậu nành, Caramen, chuối chin, thanh long… | -Mỳ chũ nấu thịt bò  -Nước chanh leo | Sữa CT Vinamilk | Cơm trứng đúc thịt  Su su xào  Canh rau ngót thịt băm |
| **Thứ tư** | **MGN+MGB + NT**  Cơm gạo tám - Thịt gà nấu cari  Giá đỗ xào thịt bò  Canh bí xanh nấu tôm đồng  Sữa chua | **MGL**  Ăn tự chọn các món: Bánh bao chay, bánh ngọt, bún riêu cua, mỳ ý xào thịt bò, súp gà ngô non, cơm rang thập cẩm, gà rán kiểu KFC, khoai tây chiên, xúc xích đức, phồng tôm, Nước ép dưa hấu, nước chanh leo, sữa đậu nành, Caramen, chuối chin, thanh long… | -Cháo thịt bò cà rốt  -Chuối chín | Sữa CT Vinamilk | -Cháo thịt bò cà rốt  -Chuối chín |
| **Thứ năm** | Cơm gạo tám -Tôm thịt dim  Su su xào dầu hào  Canh cải xanh nấu ngao  Thanh long | | -Bánh mỳ bơ ruốc  -Sữa Vinamilk | Sữa CT Vinamilk | Cơm thịt bò sốt nấm  Bí xanh xào  Canh rau dền nấu thịt |
| **Thứ sáu** | Cơm gạo tám - Trứng cút thịt kho tàu  Bí đỏ xào tỏi  Canh rau muống nấu chua  Sữa đậu nành | | -Cháo tôm đậu xanh cà rốt  Kem Caramen | Sữa CT Vinamilk | Cháo tôm đậu xanh cà rốt  Kem Caramen |
| **Thứ bẩy** | Cơm gạo tám -Thịt lợn om đậu phụ cà chua  Bầu xào thịt  Canh rau ngót nấu thịt  Sữa CT Vinamilk | | Bún thịt nấu chua  -Thanh long | Bánh dinh dưỡng | Bún thịt nấu chua  -Thanh long |

**THỰC ĐƠN MÙA HÈ - NĂM HỌC 2017 - 2018**

**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 bò hầm ngũ vị  Bàu xào thịt  Canh mồng tơi mướp nấu cua  Sữa CT Vinamilk | -Phở gà Hà Nội  -Dưa hấu | Bánh dinh dưỡng | -Phở gà Hà Nội  -Dưa hấu |
| **Thứ ba** | Cơm gạo tám - Cá quả sốt nấm  Súp lơ xào nấm hương  Canh bí đỏ đậu xanh nấu thịt bò  Sữa đậu nành | -Mỳ chũ nấu thịt bò  -Nước chanh leo | Sữa CT Vinamilk | Cơm trứng đúc thịt  Su su xào  Canh rau ngót thịt băm |
| **Thứ tư** | Cơm gạo tám - Thịt gà nấu cari  Giá đỗ xào thịt bò  Canh bí xanh nấu tôm đồng  Sữa chua | -Cháo thịt bò cà rốt  -Chuối chín | Sữa CT Vinamilk | -Cháo thịt bò cà rốt  -Chuối chín |
| **Thứ năm** | Cơm gạo tám -Tôm thịt dim  Su su xào dầu hào  Canh cải xanh nấu ngao  Thanh long | -Bánh mỳ bơ ruốc  -Sữa Vinamilk | Sữa CT Vinamilk | Cơm thịt bò sốt nấm  Bí xanh xào  Canh rau dền nấu thịt |
| **Thứ sáu** | Cơm gạo tám - Trứng cút thịt kho tàu  Bí đỏ xào tỏi  Canh rau muống nấu chua  Sữa đậu nành | -Cháo tôm đậu xanh cà rốt  Kem Caramen | Sữa CT Vinamilk | Cháo tôm đậu xanh cà rốt  Kem Caramen |
| **Thứ bẩy** | Cơm gạo tám -Thịt lợn om đậu phụ cà chua  Bầu xào thịt  Canh rau ngót nấu thịt  Sữa CT Vinamilk | Bún thịt nấu chua  -Thanh long | Bánh dinh dưỡng | Bún thịt nấu chua  -Thanh long |