



THỰC ĐƠN TUẦN 1, 3, 5 tháng 8/2023

Xuất ăn: 30.000 đ

Thứ hai

Thứ ba

Tổng Kcal ngày: NT:540-560Kcal; MG:540-560Kcal

Tổng Kcal ngày: NT:550-600Kcal; MG:550-600Kcal

Bữa trưa

Bữa chiều



Bò lộn xào lức lắc



Canh bí đỏ nấu thịt nạc vai



Tráng miệng: Nước cam tươi



Bánh đa gạo nấu cá quả rau xanh



Sữa chua Vinamilk

Bữa trưa

Bữa chiều



Tôm, thịt om nấm hương



Canh bí xanh nấu thịt nạc vai



Ngô ngọt, cà rốt xào



Tráng miệng: Dưa hấu



Cháo thịt nạc cà rốt



Sữa bột Nutrikid

Thứ tư

Tổng Kcal ngày: NT:630-660Kcal; MG:560-570Kcal

Bữa trưa

Bữa chiều



Thịt gà ta, thịt lợn kho gừng



Canh mùng tơi nấu cua đồng



Tráng miệng: Sữa chua Yakult

Nhà trẻ

Mẫu giáo



Mỳ trứng, thịt nạc hành mùi



Sữa bột Nutrikid



Mỳ trứng, thịt nạc hành mùi



Sữa bột Nutrikid

Thứ năm

Tổng Kcal ngày: NT:530-550Kcal; MG:530-550Kcal

Bữa trưa



Phở bò truyền thống



Khoai tây chiên



Tráng miệng: Chuối tiêu

Bữa chiều



Cháo tôm, thịt, cà rốt, hành mùi



Sữa chua Yakult

Thứ sáu

Tổng Kcal ngày: NT:670-700Kcal; MG:650-670Kcal

Bữa trưa



Cá quả, thịt lợn kho tộ



Canh cải xanh nấu thịt nạc



Bí đỏ xào tỏi



Tráng miệng: Sữa chua Vinamilk

Bữa chiều

Nhà trẻ



Bánh tươi Hải Hà



Sữa bột Nutrikid

Mẫu giáo



Bánh tươi Hải Hà



Sữa bột Nutrikid

Thực đơn có thể được điều chỉnh tùy vào tình hình thực tế nhưng không làm ảnh hưởng đến hàm lượng dinh dưỡng của học sinh

KẾ TOÁN

HIỆU TRƯỞNG

Tạ Thị Thu

Đinh Thị Phương Hoa