



THỰC ĐƠN THÁNG 7 NĂM 2023
TUẦN 1+3+5

I. THỰC ĐƠN ĂN SÁNG CỦA TRẺ

TT	Thứ	Món ăn
1	Hai	Bánh bao - sữa tươi MC
2	Ba	Xôi thịt xá xíu- chuối tiêu
3	Tư	Bún riêu cua - dưa hấu
4	Năm	bánh cuốn chả- quýt ngọt
5	Sáu	Cháo gà ngô non- Sữa tươi MC

II. THỰC ĐƠN ĂN CHÍNH CỦA TRẺ

Thứ	Bữa trưa Nhà trẻ + Mẫu giáo		Bữa chiều		
			Nhà trẻ		Mẫu giáo
			Phụ chiều	Chính chiều	
2	Cơm trắng.		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	Cháo tôm bí đỏ (214-218 Kcal)	Cháo tôm bí đỏ (133-135Kcal)
	Bò xào ngũ vị	NT: 306-312 Kcal			
	Canh cua nấu mồng toi				
	Sữa chua hoa quả				
3	Cơm trắng.		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	Mỳchũ nấu thịt rau cải	Mỳchũ nấu thịt rau cải
	thịt đậu sốt cà chua	NT: 310-315 Kcal			
	Canh cải bó xôi nấu thịt	MG: 469-477 kcal			
	Quýt ngọt				
4	cá hồi thịt lợn sốt me		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	súp bò bí đỏ phomai	súp bò bí đỏ phomai
	Canh chua thả giá	NT: 310-315 Kcal			
	Sữa chua elovi	MG: 469-477 kcal			
5	Cơm trắng		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	Bún mọc	bún mọc
	Trứng thịt sốt pho mai	NT: 310-315 Kcal			
	canh rau dền	MG: 469-477 kcal			
	Chuối tiêu				
6	Cơm cá thịt nấu cari		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	Cơm trứng thịt đảo bông. Canh đậu phụ thịtt (214-220 Kcal)	Bánh bông lan (139-140 kcal)
	Canh ngao nấu bầu	NT: 338-342 Kcal			
	Sữa chua uống Ba vì	MG: 446-454 kcal			
					Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)

