



THỰC ĐƠN THÁNG 9 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- Sữa Ba vì
3	Tư	Bánh cuốn chả- dưa hấu
4	Năm	Bún riêu- quýt ngọt
5	Sáu	Cháo thịt bò nấu khoai môn- Dưa vàng

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)	xôi dừa	mỳ chũ nấu thịt lợn
	Cá hồi thịt lợn sốt bơ	NT: 326-332 Kcal			
	Canh cua nộm rốp				
	Sữa chua hoa quả	MG: 445-453 kcal			Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)
	Củ quả luộc chấm muối vừng				
3	Cơm trắng.		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	Cháo chim câu nấu đậu xanh hạt sen (214-218 Kcal)	Cháo chim câu nấu đậu xanh hạt sen (214-218 Kcal)
	Gà om nước dừa	NT: 310-335 Kcal			
	Canh chua đậu thịt lợn thả giá	MG: 429-457 kcal			
	Thanh Long				Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (54-55 Kcal)
4	Đậu phụ thịt lợn sốt dầu hào		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	Bún mọc	Bún mọc (135-138 Kcal)
	Canh bí xanh nấu thịt	NT: 315-335 Kcal			
		MG: 429-447 kcal			
	Sữa chua elovi				
5	Cơm trắng		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	Súp bò phô mai bí đỏ +bánh gối	Súp bò phô mai bí đỏ +bánh gối
	thịt bò lợn om củ quả	NT: 325-355 Kcal			
	Canh cải nấu thịt	MG: 409-437 kcal			
	Dưa vàng				Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)
6	trứng thịt lợn kho tàu		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	Phở gà	Phở gà (139-140 kcal)
	Canh khoai tây cà rốt nấu thịt nạc	NT: 338-342 Kcal			
	Sữa chua uông Ba vì	MG: 446-454 kcal			
					Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)

