

THỰC ĐƠN THÁNG 1 NĂM 2024
TUẦN 1+3+5

I. THỰC ĐƠN ĂN SÁNG CỦA TRẺ

TT	Thứ	Món ăn
1	Hai	Phở bò gà - chuối
2	Ba	Súp bí đỏ sữa tươi+ bánh gối- TM: Dưa lưới
3	Tư	Mỹ châu- Thanh long
4	Năm	Cháo thịt bò nấu khoai môn- Sữa chua uống bavi
5	Sáu	xôi thịt kho nước dừa- dưa hấu

II. THỰC ĐƠN ĂN CHÍNH CỦA TRẺ

Thứ	Bữa trưa Nhà trẻ + Mẫu giáo		Bữa chiều		Mẫu giáo
			Nhà trẻ		
	Phụ chiều	Chính chiều			
2	Cơm trắng.		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	cháo sườn ngô non	cháo sườn ngô non
	thịt bò lợn xào ngũ vị	NT: 316-318 Kcal			
	Canh Bí xanh nấu thịt nạc	MG: 419-437 kcal			
	Dưa hấu				
3	Cơm trắng.		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	cơm thịt lợn sốt cà chua- canh rau cải nấu thịt (204-208 Kcal)	xôi gấc (224-228 Kcal)
	Thịt gà rim mắm	NT: 320-325 Kcal			Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (54-55 Kcal)
	Su su xào tỏi	MG: 439-457 kcal			
	Canh chua thả giá				
	Sữa chua hoa quả				
4	Cá Thu kho thịt nạc		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	Bún mọc	Bún mọc (135-138 Kcal)
	Canh rau bắp cải	NT: 311-317 Kcal			
	Chuối tây				
5	Cơm trắng		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	Cơm gà rang -canh trứng cà chua	súp gà ngô non +bánh gối
	Đậu thịt sốt Tứ Xuyên	NT: 320-327 Kcal			Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)
	Canh rau cải nấu tôm đồng	MG: 449-467 kcal			
	Bí xanh luộc chấm muối vừng				
	Sữa chua elovi				
6	trứng thịt kho tàu		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)	Bánh bông lan(130-135kcal)	Bánh bông lan(130-135kcal)
	Canh súp lơ, cà rốt nấu thịt lợn	NT: 348-352 Kcal			Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal)
	Thanh long	MG: 426-434 kcal			