



THỰC ĐƠN THÁNG 10 NĂM 2022
TUẦN 1 & TUẦN 3

Thứ	Bữa trưa	Bữa chiều		
		Mẫu giáo 14h15	Phụ chiều NT 13h45	Chính chiều NT 15h15
2	Cơm - Thịt lợn, đậu hũ Tứ Xuyên Canh mỏng toi mướp nấu cua đồng TM: Dưa hấu	Cháo thịt bò + cà rốt Sữa Gogi grow	Caramen	Cháo thịt bò + cà rốt Sữa Gogi grow
3	Cơm - Tôm, thịt rim Bắp cải xào Canh bí xanh nấu thịt TM: Sữa chua	Phở gà Sữa Gogi grow	Nước cam	Phở gà Sữa Gogi grow
4	Cơm - Thịt lợn + cá Tầm kho tộ. Susu cà rốt luộc Canh thịt nấu chua thả giá TM: Dưa hấu	Súp thịt gà + ngô ngọt + nấm hương – bánh mỳ lát Sữa Gogi grow	Nước chanh leo	Cơm –thịt bò, lợn hầm khoai tây, cà rốt. Canh bắp cải nấu thịt
5	Cơm - Trứng cút kho thịt lợn Canh cải bó xôi nấu thịt TM: chuối	Cháo thịt vịt + đậu xanh + cà rốt Sữa Gogi grow	Sữa Gogi grow	Cháo thịt vịt + đậu xanh + cà rốt Sữa Gogi grow
6	Cơm - Thịt gà lợn om nấm hương Canh bí xanh nấu tôm khô+thịt lợn TM: Sữa chua	Bánh ngọt Sữa Gogi grow	Sữa Gogi grow	Cháo tôm thịt rau cải xanh xay.

Người duyệt thực đơn
Hiệu trưởng

Lê Thị Phương Hảo

UBND QUẬN THANH XUÂN
TRƯỜNG MẦM NON BÌNH MINH



THỰC ĐƠN THÁNG 10 NĂM 2022

TUẦN 2 & TUẦN 4

Thứ	Bữa chính	Bữa phụ		
		Mẫu giáo 14h15	Phụ NT 13h45	Chính Chiều NT 15h15
2	Cơm: Tôm thịt lợn xào + ngô ngọt + cà rốt Canh ngũ sắc (đậu tươi + trứng + thịt + cà chua) TM: Dưa hấu	Cháo chim câu, thịt lợn nấu đậu xanh Sữa Gogi grow	Sữa Gogi grow	Cháo chim câu, thịt lợn, nấu đậu xanh
3	Cơm: Cá diêu hồng om xì dầu Canh thịt nấu nấu chua thả giá đỗ. TM: Sữa chua	Phở bò Sữa Gogi grow	Nước cam	Phở bò Sữa Gogi grow
4	Cơm : Trứng thịt sốt cà chua Canh củ quả hầm thịt gà (su su, bí đỏ) TM: Thanh Long	Mỳ tôm nấu thịt bò + rau cải Sữa Gogi grow	Nước chanh leo	Mỳ tôm nấu thịt bò + rau cải Sữa Gogi grow
5	Cơm: Đậu Thịt Tứ Xuyên Canh rau dền nấu tôm thịt TM: caramen	Cháo thịt bò, lợn + bí đỏ Chuối	Chuối	Cháo thịt bò, lợn + bí đỏ
6	Cơm: Thịt gà KFC Thịt lợn om nấm hương Canh bí xanh nấu tôm thịt TM: Dưa hấu	Bánh ngọt Sữa Gogi grow	Sữa chua	Cơm- trứng thịt sốt cà chua. Canh rau muống nấu thịt

Người duyệt thực đơn

HIỆU TRƯỞNG

Lê Thị Phương Hảo