

**THỰC ĐƠN CHO GIÁO VIÊN THÁNG 7/2022**

**Tuần I & III**

<b>THỨ</b>	<b>MÓN ĂN</b>
Thứ 2	Thịt đúc trứng + canh rau cải nấu thịt
Thứ 3	Bún mọc
Thứ 4	Đậu phụ sốt thịt cà chua + Canh rau muống luộc
Thứ 5	Thịt gà rang + Canh bầu bí
Thứ 6	Rau muống xào tỏi + nước canh chua + thịt lợn rang
Thứ 7	Phở gà

**Tuần II & IV**

<b>THỨ</b>	<b>MÓN ĂN</b>
Thứ 2	Rau muống xào + thịt lợn + đậu phụ sốt cà chua
Thứ 3	Bún cá
Thứ 4	Trứng thịt kho tàu + mồng tơi nấu mướp
Thứ 5	Chả cá sốt cà chua + canh bí nấu thịt.
Thứ 6	Phở gà
Thứ 7	Thịt gà rang + rau muống luộc

Người duyệt thực đơn

**HIỆU TRƯỞNG**  
TRƯỜNG  
MẦM NON  
BÌNH MINH  
**Lê Thị Phương Hào**

THỰC ĐƠN THÁNG 7 NĂM 2022  
TUẦN 1 & 3

Thứ	Bữa trưa	Bữa chiều		
		Mẫu giáo 14h15	Phụ chiều NT 13h45	Chính chiều NT 15h15
2	Cơm - Thịt lợn, đậu hũ Tír Xuyên Canh mồng tơi mướp nấu cua đồng TM: Dưa hấu	Cháo thịt bò + khoai tây cà rốt Sữa kanny	Sữa kanny	Cháo thịt bò + khoai tây cà rốt Sữa kanny
3	Cơm – Tôm, thịt lợn sốt me Canh rau cải mớ nấu thịt TM: Chuối tây	Phở gà Sữa metacare	Nước cam	Phở gà – Sữa metacarre
4	Cơm – Thịt lợn kho tộ Susu xào thịt bò Canh riêu cá TM: Dưa hấu vàng	Cháo thịt vịt + đậu xanh + cà rốt Sữa kanny	Nước chanh leo	Cháo thịt vịt + đậu xanh + cà rốt Sữa kanny
5	Cơm – Trứng cút kho thịt lợn Canh rau muống nấu thịt TM: Thanh long	Bún bò Huế Sữa kanny	Soài	Bún bò Huế Sữa kanny
6	Cơm - Thịt gà lợn om nấm hương Canh bí nấu tôm khô+thịt lợn TM: Sữa chua	Bánh Hải Hà Sữa metacare	Sữa metacare	Cơm thịt lợn kho tộ. Canh thịt nấu chua thả giá

Người duyệt thực đơn  
Hiệu trưởng



UBND QUẬN THANH XUÂN  
TRƯỜNG MẦM NON BÌNH MINH

THỰC ĐƠN THÁNG 7/2022  
TUẦN 2 & 4

Thứ	Bữa chính	Bữa phụ		
		Mẫu giáo 14h15	Phụ NT 13h45	Chính Chiều NT 15h15
	Mẫu giáo-Nhà Trẻ			
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 nấu đậu xanh Sữa kanny	Sữa kanny	Cháo chim câu nấu đậu xanh
3	Cơm : Cá tầm + thịt lợn kho tộ Canh cải mướt nấu thịt TM: Thanh long	Phở gà Sữa metacare	Nước cam	Phở gà Sữa metacare
4	Cơm : Trứng, thịt sốt cà chua Canh củ quả hầm thịt gà (su su, củ cải, bí đỏ, cà rốt) TM: Chuối tiêu	Bún riêu cua Sữa kanny	Nước chanh leo	Bún riêu cua Sữa kanny
5	Cơm: Đậu Tứ Xuyên Canh rau dền nấu tôm thịt TM: caramen	Cháo cá tầm + bí đỏ Chuối	Chuối	Cháo cá tầm + bí đỏ
6	Cơm: Thịt gà lợn om nấm hương  Canh bí xanh nấu tôm thịt TM: Dưa hấu	Bánh Hải Hà Sữa kanny	Sữa chua	Cơm- trứng cút kho thịt lợn Canh rau muống nấu thịt

Người duyệt thực đơn



Lê Thị Phương Hào