**TRƯỜNG MN BÌNH MINH**

**THỰC ĐƠN TUẦN 1 + 3 + 5 THÁNG 9 NĂM 2020**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **NHÀ TRẺ** | | | **MẪU GIÁO** | |
|  | **BỮA TRƯA** | **BỮA PHỤ CHIỀU** | **BỮA CHÍNH CHIỀU** | **BỮA TRƯA** | **BỮA PHỤ CHIỀU** |
| **2** | **Tôm, thịt lợn xốt dầu hào** |  | **Cháo gà ngô ngọt đậu xanh** | **Tôm, thịt lợn xốt dầu hào** | **Cháo gà ngô ngọt đậu xanh** |
| **Canh rau dền nấu thịt** | **Uống sữa**  **Kanny** |  | **Canh rau dền nấu thịt** | **Uống sữa Kanny** |
| **Chuối tiêu** |  |  | **Chuối tiêu** |  |
| **3** | **Trứng+ thịt lợn xốt cà chua** |  | **Phở gà** | **Trứng+ thịt lợn xốt cà chua** | **Phở gà** |
| **Canh rau muống nấu thịt** | **Nước cam** | **Uống sữa Metacare** | **Canh rau muống nấu thịt** | **Uống sữa Metacare** |
| **Sữa chua** |  |  | **Sữa chua** |  |
| **4** | **Thịt gà, lợn om nấm hương** |  | **Cơm - Thịt lợn xào bí đỏ** | **Thịt gà, lợn om nấm hương** | **Cháo thịt lợn nấu bí đỏ** |
| **Canh bí nấu tôm** | **Nước chanh leo** | **Canh thịt nấu chua thả giá** | **Canh bí nấu tôm** | **Uống sữa Kanny** |
| **Dưa hấu** |  |  | **Dưa hấu** |  |
| **5** | **Thịt đậu non Tứ Xuyên** |  | **Bún thịt mọc** | **Thịt đậu non Tứ Xuyên** | **Bún thịt mọc** |
| **Canh mồng tơi nấu tôm khô** | **Dưa hấu** | **Uống sữa Kanny** | **Canh mồng tơi nấu tôm khô** | **Uống sữa Kanny** |
| **Caramen** |  |  | **Caramen** |  |
| **6** | **Thịt lợn, cá quả sốt cà chua** |  | **Cơm - thịt lợn xào chua ngọt** | **Thit lợn, cá quả xốt cà chua** | **Bánh ngọt** |
| **Canh thịt chua thả giá** | **Sữa chua** | **Canh bắp cải nấu thịt** | **Canh thịt nấu chua thả giá** | **Uống sữa kanny** |
| **Thanh long** |  |  | **Thanh long** |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **HIỆU TRƯỞNG**      **Lê Thị Phương Hảo** |

**TRƯỜNG MN BÌNH MINH**

**THỰC ĐƠN TUẦN 2 + 4 THÁNG 9 NĂM 2020**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **NHÀ TRẺ** | | | **MẪU GIÁO** | |
| **BỮA TRƯA** | **BỮA PHỤ CHIỀU** | **BỮA CHÍNH CHIỀU** | **BỮA TRƯA** | **BỮA PHỤ CHIỀU** |
| **2** | **Thịt lợn, trứng hấp nấm hương** |  | **Cháo cá quả** | **Thịt lợn, trứng hấp nấm hương** | **Cháo cá quả** |
| **Canh bắp cải nấu thịt** | **Uống sữa** |  | **Canh bắp cải nấu thịt** | **Uống sữa Metacare** |
| **Sữa chua uống probi** |  |  | **Sữa chua uống probi** |  |
| **3** | **Thịt lợn xíu mại** |  | **Mỳ tôm nấu thịt rau cải** | **Thịt lợn xíu mại** | **Mỳ tôm nấu thịt rau cải** |
| **Canh cua nấu mồng tơi, mướp** | **Nước chanh leo** | **Uống sữa Kanny** | **Canh cua nấu mồng tơi, mướp** | **Uống sữa Kanny** |
| **Caramen** |  |  | **Caramen** |  |
| **4** | **Thịt lợn rim, Cá quả chiên bơ tỏi** |  | **Cơm - thịt gà hầm** | **Thịt lợn rim, Cá quả chiên bơ tỏi** | **Miến gà** |
| **Canh rau cải nấu thịt** | **Uống sữa** | **Canh bí nấu thịt** | **Canh rau cải nấu thịt** | **Uống sữa Metacare** |
| **Chuối tây** |  |  | **Chuối tây** |  |
| **5** | **Thịt lợn, đậu tươi sốt cà chua** |  | **Bún mọc** | **Thịt lợn, đậu tươi sốt cà chua** | **Bún mọc** |
| **Canh bầu (bí) nấu tôm thịt** | **Dưa hấu** | **Uống sữa Metacare** | **Canh bầu (bí) nấu tôm thịt** | **Uống sữa Metacare** |
| **Caramen** |  |  | **Caramen** |  |
| **6** | **Thịt gà, lợn om nấm – Su su cà rốt xào thịt** |  | **Cơm - thịt sốt cà chua** | **Thịt gà, lợn om nấm – Su su cà rốt xào thịt** | **Bánh ngọt** |
| **Canh thịt nấu chua thả giá** | **Nước cam** | **Canh rau mồng tơi** | **Canh thịt nấu chua thả giá** | **Uống sữa Kanny** |
| **Dưa hấu** |  |  | **Dưa hấu** |  |

**HIỆU TRƯỞNG**

**Lê Thị Phương Hảo**

**TRƯỜNG MẦM NON BÌNH MINH**

**THỰC ĐƠN ĂN NGÀY THỨ 7 THÁNG 9/ 2020**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ngày** | **Bữa chính** | | **Bữa phụ** | |
|  | **Mẫu giáo** | **Nhà trẻ** | **Mẫu giáo** | **Nhà trẻ** |
| **5/9** | Cơm – Tôm+ thịt lợn đảo bông  Canh rau muống nấu thịt  TML Sữa chua | Cơm – Tôm + thịt lợn đảo bông  Canh rau muống nấu thịt  TM: Sữa chua | Phở gà  Sữa kanny | Phở gà  Sữa kanny |
| **12/9** | Cơm - Trứng cút kho thịt lợn  Canh bắp cải nấu thịt lợn  TM: caramen | Cơm - Trứng cút kho thịt lợn  Canh bắp cải nấu thịt lợn  TM: caramen | Cháo gà nấu ngô ngọt  Sữa kanny | Cháo gà nấu ngô ngọt  Sữa kanny |
| **19/9** | Cơm – Cá quả + thịt lợn xốt cà chua  Canh cải ngọt nấu thịt  TM: Dưa hấu | Cơm – Cá quả + thịt lợn xốt cà chua  Canh cải ngọt nấu thịt  TM: Dưa hấu | Mỳ ý thịt bò  Sữa metacare | Mỳ ý thịt bò  Sữa metacare |
| **16/9** | Cơm – Thịt gà xíu mại  Canh bí nấu tôm khô  TM: Chuối tiêu | Cơm – Thịt gà xíu mại  Canh bí nấu tôm khô  TM: Chuối tiêu | Cháo thịt lợn + cá hồi bí đỏ  Sữa metacare | Cháo thịt lợn + cá hồi bí đỏ  Sữa metacare |

**HIỆU TRƯỞNG**

**Lê Thị Phương Hảo**

**THỰC ĐƠN ĂN SÁNG THÁNG 9 NĂM 2020**

**TUẦN 1, 3 & 5**

|  |  |
| --- | --- |
| **THỨ** | **MÓN ĂN** |
| **Thứ 2** | **Bún bò, gà rau thơm + caramen** |
| **Thứ 3** | **Xôi thịt lợn rim+ sữa probi** |
| **Thứ 4** | **Mỳ tôm nấu thịt lợn băm + Chuối** |
| **Thứ 5** | **Phở bò + váng sữa** |
| **Thứ 6** | **Cháo thịt lợn+ tôm+ rau cải xanh + Sữa chua** |

**TUẦN 2 & 4**

|  |  |
| --- | --- |
| **THỨ** | **MÓN ĂN** |
| **Thứ 2** | **Mỳ chũ nấu rau cải xanh+ thịt lợn+ váng sữa** |
| **Thứ 3** | **Bún mọc+ chuối** |
| **Thứ 4** | **Cháo thịt lợn khoai tây cà rốt + probi** |
| **Thứ 5** | **Phở bò+ chuối** |
| **Thứ 6** | **Miến gà + caramen** |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Người duyệt thực đơn Hiệu trưởng**  **Lê Thị Phương Hảo** |

**THỰC ĐƠN CHO GIÁO VIÊN THÁNG 9/2020**

**Tuần I & III**

|  |  |
| --- | --- |
| **THỨ** | **MÓN ĂN** |
| **Thứ 2** | **Thịt lợn đúc trứng + canh rau cải nấu thịt** |
| **Thứ 3** | **Bún mọc** |
| **Thứ 4** | **Đậu phụ + thịt lợn xốt cà chua + Canh rau muống luộc** |
| **Thứ 5** | **Thịt gà rang + Canh bầu** |
| **Thứ 6** | **Rau muống xào tỏi + nước canh chua + thịt lợn rang** |
| **Thứ 7** | **Cơm chả lợn rim + canh bí** |

**Tuần II & IV**

|  |  |
| --- | --- |
| **THỨ** | **MÓN ĂN** |
| **Thứ 2** | **Đậu phụ+ thịt lợn xốt cà chua + rau dền** |
| **Thứ 3** | **Bún đậu** |
| **Thứ 4** | **Trứng+ thịt lợn kho tàu + canh mướp nấu mồng tơi** |
| **Thứ 5** | **Chả cá sốt cà chua + bắp cải luộc.** |
| **Thứ 6** | **Bún mọc** |
| **Thứ 7** | **Thịt gà rang + rau muống luộc** |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Người duyệt thực đơn**  **HIỆU TRƯỞNG**  **Lê Thị Phương Hảo** |