

UBND QUẬN THANH XUÂN  
TRƯỜNG MN BÌNH MINH

THỰC ĐƠN THÁNG 08/2023

Tuần I (từ ngày 31/7-4/8) - Tuần III ( Từ ngày 14/8-18/8) và Tuần V (Từ ngày 28/8-1/9)

I. THỰC ĐƠN ĂN SÁNG CỦA TRẺ

TT	Thứ	Món ăn
1	Hai	Phở gà + TM caramen
2	Ba	Cháo cá hồi nấu bí đỏ
3	Tư	Bánh mì gối + trứng rán + TM: sữa Nutrikid
4	Năm	Bún thịt mọc + TM: Chuối
5	Sáu	Cháo khoai tây cà rốt nấu thịt bò + TM: sữa chua uống

II. THỰC ĐƠN ĂN CHÍNH CỦA TRẺ

Thứ	Bữa trưa Nhà trẻ + Mẫu giáo	Bữa chiều		Tổng Calo ngày		
		Phụ chiều	Chính chiều	Mẫu giáo	NT	MG
2	Cơm trắng	Sữa chua	Bún riêu tôm + thịt mọc. Sữa Nutrikid	Bún riêu tôm + thịt mọc Sữa Nutrikid	590 -	610 -
	Đậu thịt Tứ Xuyên				620	650
	Củ quả luộc chấm muối vừng				Kcal	Kcal
	Canh thịt nấu chua thả giá					
	TM: Dưa hấu					
3	Cơm trắng	Nước chấm	Mỳ chũ nấu thịt lợn rau cải xanh	Mỳ chũ nấu thịt lợn rau cải xanh Sữa Nutrikid	580 -	610 -
	Tôm thịt sốt cà chua				610	630
	Canh rau dền nấu thịt lợn				Kcal	Kcal
	TM: Sữa chua					
4	Cơm	Caramen	Miến gà nấu nấm hương Sữa Nutrikid	Miến gà nấu nấm hương Sữa Nutrikid	600 -	650 -
	Cá Diêu Hồng + Thịt lợn sốt cà chua				630	710
	Canh thịt lợn nấu rau cải mớ				Kcal	Kcal
	TM: Chuối tiêu					
5	Cơm	Sữa Nutrikid	Phở bò Nam Định Xoài chín	Phở bò Nam Định Sữa Nutrikid	600 -	660 -
	Trứng thịt sốt cà chua				630	710
	Cải thảo + cà rốt xào thịt				Kcal	Kcal
	Canh bí đỏ nấu thịt gà					
	TM: Caramen					
6	Cơm	Sữa chua probi	Cơm trứng cắt kho thịt lợn Canh bắp cải	Bánh ngọt Sữa Nutrikid	605 -	620 -
	Thịt gà + lợn om nấm hương				620	670
	Canh bí xanh nấu tôm khô				Kcal	Kcal
	TM: Dưa hấu					

Kế toán



Nguyễn Hà Thu

CT công đoàn.



Trương Minh Hùng

Thanh tra ND



Nguyễn Thị Hằng

HIỆU TRƯỞNG



TRƯỜNG  
MẦM NON  
BÌNH MINH

Lê Thị Phương Hào

**THỰC ĐƠN THÁNG 08/ 2023**

**Tuần II & IV (từ ngày 7/8-11/8 và 21/8-25/8)**

**I. THỰC ĐƠN ĂN SÁNG CỦA TRẺ**

TT	Thứ	Món ăn
1	Hai	Bánh mì + thịt bò lợn, sốt vang
2	Ba	Phở Gà Hà Nội + TM: Sữa chua
3	Tư	Cháo tôm thịt nấu cải xanh + TM: sữa Nutrikid
4	Năm	Bún thịt mọc + TM: Chuối
5	Sáu	Cháo thịt gà nấu khoai môn tím + TM: caramen

**II. THỰC ĐƠN ĂN CHÍNH CỦA TRẺ**

Thứ	Bữa trưa	Bữa chiều		Tổng Kcalo ngày		
		Nhà trẻ	Mẫu giáo	NT	MG	
Nhà trẻ + Mẫu giáo		Phụ chiều	Chính chiều			
2	Cơm trắng	Sinh tố dưa hấu	Cháo Vịt Vân Đình + đậu xanh Sữa Nutrikid	Cháo Vịt Vân Đình nấu đậu xanh Sữa Nutrikid	585 - 615 Kcal	605 - 635 Kcal
	Cá quả + thịt sốt Ngũ liễu					
	Canh rau cải xanh nấu thịt					
	TM: Caramen					
3	Cơm trắng	Thanh long	Cơm Thịt bò xào bí đỏ Canh thịt nấu chua thả giá	Súp bí đỏ thịt bò Sữa Nutrikid	570 - 600 Kcal	600 - 630 Kcal
	Thịt gà lợn om nấm hương					
	Canh bí xanh nấu tôm thịt					
	TM: Sữa chua					
4	Cơm trắng	Caramen	Phở bò Nam Định Sữa Kanny	Phở bò Nam Định Sữa Kanny	600 - 630 Kcal	640 - 720 Kcal
	Tôm thịt rim dưa					
	Canh mồng tơi mướp nấu riêu tôm					
	TM: Chuối tiêu					
5	Cơm trắng	Phô mai bò cười viên	Cháo Thịt cá hồi + Cà rốt Sữa Nutrikid	Cháo Thịt cá hồi + cà rốt Sữa Nutrikid	605 - 640 Kcal	650 - 710 Kcal
	Trứng cút kho thịt lợn					
	Canh thịt nấu chua thả giá					
	TM: dưa hấu					
6	Cơm trắng	Sữa chua probi	Cơm Thịt sốt chua ngọt Canh rau dền nấu thịt lợn.	Bánh ngọt Sữa Nutrikid	610 - 640 Kcal	630- 670 Kcal
	Thịt bò lợn hầm bí đỏ					
	Canh rau ngót nấu tôm thịt					
	TM: Thanh long					

Kế toán

CT công đoàn

Thanh tra ND

HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Hà Thu

Tường Minh Hương

Nguyễn Thị Hằng

Lê Thị Phương Hào



THỰC ĐƠN CHO GIÁO VIÊN THÁNG 8/2023

Tuần I & III & V

THỨ	MÓN ĂN
Thứ 2	Thịt cuộn lá lốt + rau muống luộc
Thứ 3	Cá trắm rán + canh diêu cá
Thứ 4	Củ cải kho thịt+ Thịt nấu canh chua thả giá
Thứ 5	Rau muống xào tỏi + chả lợn rim mắm
Thứ 6	Bún riêu tôm nấu thịt mọc
Thứ 7	Trứng thịt rán + cải ngọt nấu thịt

Tuần II & IV

THỨ	MÓN ĂN
Thứ 2	Thịt rán ngũ vị + rau muống luộc
Thứ 3	Thịt rang dứa + canh rau dền nấu thịt
Thứ 4	Gà chiên mắm + bí xanh luộc
Thứ 5	Tôm (tép) rang thịt + canh mướp nấu mồng tơi
Thứ 6	Phở gà
Thứ 7	Thịt rang + susu luộc

Kế toán

Nguyễn Hà Thu

CT công đoàn

Trương Minh Hường

Thanh tra ND

Nguyễn Thị Hằng



Lê Thị Phương Hảo