



THỰC ĐƠN THÁNG 4 NĂM 2023
TUẦN 1+3+5

I. THỰC ĐƠN ĂN SÁNG CỦA TRẺ

| TT | Thứ | Món ăn |
|----|-----|------------------------------|
| 1 | Hai | Bánh bao - sữa tươi MC |
| 2 | Ba | Xôi thịt xá xíu- chuối tiêu |
| 3 | Tư | Bún riêu cua - dưa hấu |
| 4 | Năm | bánh cuốn chả- quýt ngọt |
| 5 | Sáu | Cháo gà ngô non- Sữa tươi MC |

II. THỰC ĐƠN ĂN CHÍNH CỦA TRẺ

| Thứ | Bữa trưa Nhà trẻ + Mẫu giáo | | Bữa chiều | | |
|-----|--------------------------------|------------------|---|--|---|
| | | | Nhà trẻ | | Mẫu giáo |
| | | | Phụ chiều | Chính chiều | |
| 2 | Cơm trắng. | | Caramen (67-70 Kcal) | Cháo tôm bí đỏ (214-218 Kcal) | Cháo tôm bí đỏ (133-135Kcal) |
| | Bò lộn sốt cà chua | NT: 306-312 Kcal | | | |
| | Canh chua đậu thịt thả giá | | | | |
| | Cải thảo cà rốt xào thịt | MG: 465-473 kcal | | | |
| | Sữa chua hoa quả | | | | Caramen (67-70 Kcal) |
| 3 | Cơm trắng. | | Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal) | Mỳ chũ nấu thịt rau cải | Mỳchũ nấu thịt rau cải |
| | Gà om nước dừa | NT: 310-315 Kcal | | | |
| | canh cua nấu mông tơi | MG: 469-477 kcal | | | |
| | Quýt ngọt | | | | Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (54-55 Kcal) |
| 4 | Cơm tôm thịt sốt me | | Sữa bột Kanny (75-77 Kcal) | Cơm trứng thịt đảo bông. Canh đậu phụ thối (214-220 Kcal) | Xôi đỗ- thịt rim (135-138 Kcal) |
| | Canh cải bó xôi nấu thịt | NT: 310-315 Kcal | | | |
| | | MG: 469-477 kcal | | | |
| | Sữa chua elovi | | | | Sữa bột Kanny (81-83 Kcal) |
| 5 | Cơm trắng | | Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (75-76 Kcal) | cháo chim câu đậu xanh | cháo chim câu đậu xanh |
| | Trứng thịt sốt pho mai | NT: 310-315 Kcal | | | |
| | canh rau dền. Su su xào tỏi | MG: 469-477 kcal | | | |
| | Chuối tiêu | | | | Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (54-55 Kcal) |
| 6 | Cơm cá thu kho tộ | | Sữa bột Kanny (75-76 Kcal) | Cơm thịt kho tàu | Bánh bông lan (139-140 kcal) |
| | Canh bí xanh nấu thịt | NT: 338-342 Kcal | | | |
| | Sữa chua uống Ba vị | MG: 446-454 kcal | | | |
| | | | | | canh bầu nấu tôm ((219-220 kcal)) |

| NT | | | NT | | NT | | MG | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--------------|---------------|---------------|---------------|
| 645 | 648 | 618 | 625 | 54% | 68% | 348.3 | 349.92 | 420.24 | 425 |
| 645 | 648 | 618 | 625 | 34% | 23% | 219.3 | 220.32 | 139.05 | 140.63 |
| 645 | 648 | 618 | 625 | 12% | 10% | 77.4 | 77.76 | 58.71 | 59.375 |