



THỰC ĐƠN THÁNG 5 NĂM 2023
TUẦN 2-4

I. THỰC ĐƠN ĂN SÁNG CỦA TRẺ

TT	Thứ	Món ăn
1	Hai	Bún thịt canh chua- dưa hấu
2	Ba	Cháo bò bí đỏ- sữa mộc châu
3	Tư	Xôi thịt kho tàu - quýt ngọt
4	Năm	bánh bao- sữa tươi MC
5	Sáu	mỳ spaghetti bò băm- chuối tiêu

II. THỰC ĐƠN ĂN CHÍNH CỦA TRẺ

Thứ	Bữa trưa Nhà trẻ + Mẫu giáo		Bữa chiều				
			Phụ chiều	Chính chiều	Mẫu giáo		
2	Cơm trắng		Caramen (67-70 Kcal)	Cháo lươn khoai môn (159-193 kcal)	Cháo lươn nấu khoai môn (159-193 kcal)		
	Trứng thịt kho tàu	NT: 341-343 Kcal					
	súp lơ cà rốt xào thịt	MG: 420-425 kcal			Caramen (67-70 Kcal)		
	Canh rau dền nấu thịt						
	Sữa chua Proges xoài						
3	Cơm trắng		Sữa bột Kanny (76-78 Kcal)	Cơm trắng. Thịt xá xíu	Xôi dừa (145-160 kcal)		
	Đậu mọt sốt thịt	NT: 336-343 Kcal					
	Canh bầu nấu tôm	MG: 439-448 kcal			Canh bí nấu tôm (190-194 Kcal)	Sữa bột Kanny (76-78 Kcal)	
	Dưa vàng(hấu)						
4	Cơm trắng		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (77-78 Kcal)	Bún riêu cua	Bún riêu cua		
	Tôm thịt xào nấm	NT: 331-337 Kcal					
	Canh trứng thịt nấu cà chua	MG: 469-477 kcal				Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (61-197-191 Kcal)	Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (61-197-191 Kcal)
	Thanh Long						
5	Cơm trắng		Sữa bột Kanny (76-78 Kcal)	cháo cá hồi	Cháo cá hồi		
	Thịt bò xào ngũ vị	NT: 310-315 Kcal					
	Canh ngao nấu chua	MG: 469-477 kcal			Sữa bột Kanny (76-78 Kcal)		
	suữa chua uống ba vị						
6	cơm trộn trứng thịt xúc xích, rong biển		Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (73-76 Kcal)	Cơm trắng. Thịt bò xào giá đỗ. Canh bí xanh nấu thịt nạc (184-191 Kcal)	Bánh ruốc (95-98 Kcal)		
	Canh củ quả nấu thịt	NT: 326-338 Kcal					
	dưa hấu	MG: 469-477 kcal			Sữa bột Nutri IQ Grow Plus (108-113 Kcal)		

NT		NT			NT		MG			
616	639	638	668	53%	68%	326.48	338.67	433.84	454.24	
616	639	638	668	30%	15%	184.8	191.7	95.7	100.2	625.54
616	639	638	668	12%	17%	73.92	76.68	108.46	113.56	699.46
						585.2	607.05	638		