

THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
Quận 10
Phường 9
MN Phường 9

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN MẪU GIÁO

Tuần lễ từ ngày 21-11-2022 đến ngày 25-11-2022

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa chính chiều	Bữa phụ chiều
Thứ 2	- Uống sữa - Bún riêu	- Canh: Rau muống nấu chua tôm - Mặn: Thịt kho trứng cút, Su su luộc (BP) - Tráng miệng: Đu đủ	- Hủ tiếu cá - Nước ép thơm	- Bánh flan - Pho mai (SDD)
Thứ 3	- Uống sữa - Phở bò	- Canh: Khoai từ nấu hến - Mặn: Cá chẽm tẩm bột chiên, Đậu cove luộc (BP) - Tráng miệng: Thanh long	- Cháo lươn - Nước ép ổi	- Yaourt
Thứ 4	- Uống sữa - Soup hoa cau	- Canh: Cải bó xôi nấu nghêu - Mặn: Thịt ếch xào sả, Cải thìa luộc (BP) - Tráng miệng: Chuối cau	- Mì tiềm thịt gà - Nước mát	- Bánh flan
Thứ 5	- Uống sữa - Miến gà	- Canh: Mướp nấu tôm - Mặn: Cá lóc kho thơm, Bắp cải luộc (BP) - Tráng miệng: Saboche	- Nui xào thịt bò - Nước ngũ cốc	- Yaourt
Thứ 6	- Uống sữa - Bánh canh mực	- Canh: Cải soong nấu cá thác lác - Mặn: Đậu hủ nhồi thịt sốt cà chua, Bông cải luộc (BP) - Tráng miệng: Dưa hấu	- Bánh mì đùi gà - Sữa đậu nành	- Bánh flan

Năng lượng tại trường của 1 trẻ một ngày là: 55%_676 Kcal (Bữa trưa: 40%_492 Kcal, Bữa xế: 15%_184 Kcal)

Công ty thực phẩm:

- Rau, củ, quả, thịt, trứng: Công ty Vegespring.
- Hải sản: Công ty Thủy hải sản Lê Thành.
- Sữa Ellac: Công ty CP SX -XNK TP Sài Gòn.
- Bánh ngọt: Công ty TNHH DT SX TM Thực phẩm Tân Thiên Ân, Công ty TNHH Thực phẩm Hoa Lan.
- Bánh flan, yaourt: Công ty TNHH TP Ánh Hồng.
- Gạo: Công ty TNHH Hoa Đăng.

HIỆU TRƯỞNG

Cấp dưỡng nấu chính: Nguyễn Thị Kim Loan

Người duyệt thực đơn: **Trần Thị Thanh Thủy**