

THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Quận 10

Phường 9

MN Phường 9

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN MẪU GIÁO

Tuần lễ từ ngày 10-10-2022 đến ngày 14-10-2022

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa chính chiều	Bữa phụ chiều
Thứ 2	- Uống sữa - Miến lươn	- Canh: Tần ô nấu cá thác lác - Mặn: Chả tôm, bầu luộc (BP) - Tráng miệng: Chuối	- Cháo thịt heo nấm rom - Nước ép thơm	- Bánh flan - Pho mai (SDD)
Thứ 3	- Uống sữa - Bánh canh cua	- Canh: Bí xanh nấu tôm - Mặn: Cá lóc kho nước dừa, đậu bắp luộc (BP) - Tráng miệng: Xoài	- Mì xào bò - Sữa đậu nành	- Yaourt
Thứ 4	- Uống sữa - Soup hoa cau	- Canh: Cải bó xôi nấu tôm. - Mặn: Trứng, thịt xá xiu. Rau, củ sốt mayonnaise - Tráng miệng: Thanh long	- Nui lagu thịt gà - Sữa bắp	- Bánh flan
Thứ 5	- Uống sữa - Phở hải sản	- Canh: Cà chua nấu hến - Mặn: Cá diêu hồng chiên sốt chanh dây, Bông cải luộc (BP) - Tráng miệng: Nho	- Bún riêu - Nước ép ổi	- Yaourt - Sữa vinamilk (SDD)
Thứ 6	- Uống sữa - Bánh bông lan chà bông	- Canh: Mướp nấu nghêu - Mặn: Gà chiên nước mắm, bắp cải luộc (BP) - Tráng miệng: Dưa hấu	- Bánh Orion - Nước mát	- 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**