**TRƯỜNG MẦM NON THẠNH AN**

**THỰC ĐƠN CỦA TRẺ TUẦN 3 THÁNG 11 NĂM 2023**

**(Từ ngày 13/11 -> 17/11/2023)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Bữa ăn** | **Nhà trẻ** | **Mẫu giáo** |
| **2** | **Sáng** | Uống sữa Gold | Uống sữa Gold |
| **Trưa** | **- Mặn**: Thịt kho đậu hủ**- Canh**: Canh cá lóc nấu cà chua, rau quế.**- T.miệng**: Nước cam | **- Mặn**: Mực xào cần tây, cà chua**- Canh**: Canh chua rau muống nấu nghêu- Luộc: Bầu, củ dền **- T.miệng**: Quýt |
| **Xế** | Miến thịt bò, khoai tây, cà rốt.  | Cháo thịt bằm nấu đậu xanh, cà rốt  |
| **3** | **Sáng** | Uống sữa Gold | Uống sữa Gold |
| **Trưa** | **- Mặn**: Tôm, thịt bằm kho khóm**- Canh**: Gà nấu cải thảo**- T.miệng**: Chuối | **- Mặn**: Cá Basa sốt chanh dây**- Canh**: Canh rông biển nấu thịt bò- Xào: Ớt chuông 3 màu xào tỏi**- T.miệng**: Sapoche |
| **Xế** | Bún hến nấu nấm đùi gà, cà chua | Nui nấu tôm cà rốt, nấm hương |
| **4** | **Sáng** | Uống sữa Gold | Uống sữa Gold |
| **Trưa** | **- Mặn**: Bò xào đậu que, bắp hạt**- Canh**: Mướp, mồng tơi nấu mọc**- T.miệng**: Sữa chua | **- Mặn**: Thịt chưng trứng muối, nấm mèo.**- Canh**: Canh chua cá lóc, nấu cà chua, rau quế- Luộc: Khoai tây, cà rốt**- T.miệng**: Nước nhãn nhục |
| **Xế** | Mì gói thịt bằm nấu su su, cà rốt | Bún mọc nấu nấm đùi gà, cà chua |
| **5** | **Sáng** | Uống sữa Gold | Uống sữa Gold |
| **Trưa** | **- Mặn**: Thịt gà roti**- Canh**: Cải bó xôi nấu tôm**- T.miệng**: Lê | **- Mặn**: Gà sốt me**- Canh**: Canh khoai mỡ nấu tôm- Xào: su su, củ cải trắng xào tỏi**- T.miệng**: Lê |
| **Xế** | Bánh canh cá lóc, nấm rơm, cà rốt. | Súp thịt bò, trứng cút nấm tuyết, cà rốt. |
| **6** | **Sáng** | Uống sữa Gold | Uống sữa Gold |
| **Trưa** | **- Mặn**: Xúc xích, thịt bằm sốt cà chua**- Canh**: Canh chua chả cá, đậu bắp, thơm, giá.**- T.miệng**: Mít | **- Mặn**: Trứng, tôm cà chua chiên**- Canh**: Cải ngọt nấu thịt bằm- Luộc: Rau muống, cải thảo**- T.miệng**: Nho |
| **Xế** | Hủ tiếu mực nấu cà rốt, giá. | Hủ tiếu bò kho. |

 **PHÓ** **HIỆU TRƯỞNG**