**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**