Trường Mầm Non Họa Mi – Phường 12 – QTB

Tháng 9 - 2023

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **BỮA SÁNG** | **BỮA TRƯA** | **BỮA CHÍNH CHIỀU** | **BỮA PHỤ CHIỀU** |
| **THỨ 2** | Bún mọc nấu tôm thịt, hành tây, cà rốt * Sữa Ellac
 | * Canh: Bí đỏ nấu tôm, thịt, hành ngò. Mặn : Gà nấu nấm, hành tây - Cải thìa xào.Tráng miệng : Dưa hấu
 | Cháo cá lóc, cà rốt, khoai tây cây | Rau câu dừa |
| **THỨ 3** | Hủ tíu tim gan, cà rốt - Sữa Ellac | Canh: Cải thảo nấu tôm, thịt, hành ngò.Mặn : Cá chiên sốt cà - Su su xào.Tráng miệng : Chuối cau | Bún riêu tôm, thịt, cà rốt, hành ngò.Sữa Ellac | Bánh flan |
| **THỨ 4** | Phở nấu thịt bò, cà rốt, hành tây- Sữa Ellac | Canh: Cải ngọt nấu tôm, thịtMặn : Tôm sốt thơm, cà rốt, hành tây - Bắp cải xào Tráng miệng : Thanh long | Mì thịt gà, cà rốt, hành ngò  | Rau câu |
| **THỨ 5** | Soup bắp, thịt gà, cà rốt, hành ngò* Sữa Ellac
 | Canh: Bầu nấu tôm, thịtMặn : Cá chiên - Su hào xào Tráng miệng: Đu đủ chín | Cháo thịt, khoai tây, hành tây | Bánh flan |
| **THỨ 6** | Bún bò, cà rốt, hành tây* Sữa Ellac
 | Canh: Khoai mỡ nấu tôm, thịtMặn : Sườn nấu đậu, hành tây - Bông cải xàoTráng miệng : Chuối cau | Bún riêu tôm thịt, cà rốt, cà chua | Rau câu |

THỰC ĐƠN TUẦN 4