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, thịt Mặn : 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, thịt Mặn : 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, thịt Mặn : Sườn nấu đậu, hành tây - Bông cải xào Tráng miệng : Chuối cau | Bún riêu tôm thịt, cà rốt, cà chua | Rau câu |

THỰC ĐƠN TUẦN 4