

TUẦN III: Từ Ngày: 16/12/2024 đến ngày: 20/12/2024

Thứ	Sáng	Giữa Giờ	Ăn Trưa			Tráng Miệng	Xế	Thừa Cân, Béo Phì	Suy Dinh Dưỡng
			Mặn	Canh	Xào				
Thứ 2 16.12	Xôi Đậu Xanh Chà Bông Sữa	Nước Chanh	Thịt Kho Trứng	Canh Đu Đủ Nấu Tôm tươi	Rau Muống Xào	Rau Câu	Cháo Gà Hạt Sen Sữa Chua Yakult	Rau Muống Luộc	Sữa
Thứ 3 17.12	Bún Bò Giò heo Sữa	Nước ổi	Cá Cam Chiên Giòn	Canh Cải Ngọt Nấu Thịt	Dưa leo xào	Nho Mỹ	Mì Quảng Thịt Rau củ Sữa Chua Uống Dâu	Dưa leo	Sữa
Thứ 4 18.12	Nui Tôm Thịt Sữa	Nước Tắc	Bò Nấu Đậu	Canh Bí đỏ nấu Tôm khô	Cải thìa xào	Chuối Cau	Phở Ngan Sữa Chua Thanh Trùng	Cải thìa Luộc	Sữa
Thứ 5 19.12	Miến Trộn Gà Sữa	Nước Nho	Thịt Lườn Ưm Đậu đỏ, khoai tây	Canh Mồng Tơi Nấu Thịt	Bí ngòi xào	Táo Mỹ	Súp Hải Sản Bánh Flan	Bí ngòi Luộc	Sữa
Thứ 6 20.12	Cháo Trứng Thịt Bằm Sữa	Nước Chanh Dây	Lẩu Thái			Thanh Long	Bánh Mì Hoa Nắng Sữa Hộp		Sữa

Trẻ thừa cân béo phì cần: Bớt tinh bột, bổ sung thêm rau luộc và tập vận động.
Trẻ sinh dinh dưỡng cần: Bổ sung thêm sữa, chất béo
Người lập bảng

Hiệu phó Bán Trú

Nguyễn Thị Mây

Trần Thị Thanh Thủy