**TRƯỜNG MẦM NON 19/5**

THÖÏC ÑÔN

Töø ngaøy 09.10.2023 ñeán ngaøy 13.10.2023

* **Nhóm Nai bi (13-18 tháng)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thời gian** | **Thứ hai** | **Thứ ba** | **Thứ tư** | **Thứ năm** | **Thứ sáu** |
| **Sáng** | - Soup hải sản- Uống sữa | - Cháo mọc, cà rốt- Uống sữa | - Soup bí đỏ, thịt, trứng- Uống sữa | - Cháo thịt bò, su hào- Uống sữa | - Soup tôm, rau củ- Uống sữa |
| **Trưa** | *- Món chính:* Cháo gà, cà rốt*- Tráng miệng:* Yaourt | - *Món chính:* Cháo tôm, thịt, khoai tây- *Tráng miệng:* Chuối cau | - *Món chính:* Cháo cá, cà rốt- *Tráng miệng:* Bánh flan | - *Món chính:* Cháo tôm, thịt, bí xanh- *Tráng miệng:* Đu đủ | - *Món chính:* Cháo tôm, thịt, đậu hủ- *Tráng miệng:* Yaourt |
| **Xế** | - Cháo tôm, thịt, bông cải- Uống sữa | - Cháo thịt bò, cà rốt - Uống sữa | - Cháo thịt gà, cải thìa- Uống sữa  | - Cháo thịt cua, đậu hủ- Uống sữa | - Cháo thịt ếch, đậu xanh- Uống sữa |

* **Nhóm Nhà trẻ (từ 19-36 tháng) và Mẫu giáo (Mầm, Chồi, Lá)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thời gian** | **Thứ hai** | **Thứ ba** | **Thứ tư** | **Thứ năm** | **Thứ sáu** |
| **Sáng** | - Cháo hải sản- Uống sữa | - Bún mọc- Uống sữa | - Soup bí đỏ, thịt, trứng- Uống sữa | - Phở bò- Uống sữa | -Hoành thánh gà, rau củ- Uống sữa |
| **Trưa** | **Món mặn** | Gà xào chua ngọt | Tôm, thịt thơm sốt dầu hào | Cá lóc kho thịt, củ cải | Cơm chiên hải sản | Xíu mại |
| **Món canh** | Mồng tơi, mướp nấu cua đồng | * Canh soup thịt, khoai tây, cà rốt, su su
* TC-BP: Su su xào
 | Bắp cải nấu tôm | * Bí xanh nấu thịt
* TC-BP: Rau muống xào
 | Canh hẹ nấu tôm, đậu hủ non |
| **Tráng miệng** | Yaourt | Chuối cau | Bánh flan | Đu đủ | Yaourt |
| **Xế** | - Mì trứng thịt, tôm, bông cải- Uống sữa | - Hủ tiếu bò kho- Uống sữa | - Nui thịt gà cải thìa- Uống sữa | - Bún riêu thịt cua- Uống sữa | - Cháo thịt ếch, đậu xanh - Uống sữa |

* Ghi chú: Trẻ uống sữa Nutricare (loại lon cao cấp Colos Care Grow).

 Quận 8, ngày 04 tháng 10 năm 2023

 Người lên thực đơn **HIỆU TRƯỞNG**

**PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

 **Từ Kim Anh Phan Thảo Ly**