

THỰC ĐƠN TUẦN NHÓM CỜM
Tuần lễ từ ngày 01-04-2024 đến ngày 05-04-2024

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa xế	Suy dinh dưỡng	Béo phì
Thứ 2	Hủ tiếu mực, cải thìa Uống sữa	Mặn: Thịt bò xào cà rốt, hành tây, đậu cove, bắp Canh: Cá nấu bầu Tráng miệng: Nước cam	Mì thịt, hẹ lá Sữa chua LA	Uống sữa	Tăng lượ canh
Thứ 3	Miến lươn, cà rốt Uống sữa	Mặn: Gà kho nấm Canh: Tôm rau dền, mồng tơi, mướp Tráng miệng: Dưa hấu	Bún gạo, thịt, xà lách Bánh flan LA	Phô mai	Đậu cov
Thứ 4	Súp hải sản Uống sữa	Mặn: Cá chẽm sốt chua ngọt đậu hủ non Canh: Thịt rau tần ô Tráng miệng: Nước chanh	Nui mộc Sữa chua LA	Uống sữa	Tăng lượ canh
Thứ 5	Bánh mì pate chà bông, chả lụa TP Uống sữa	Mặn: Tôm rim thịt Canh: súp thịt, khoai tây, củ dền, khoai lang Tráng miệng: Nước tắc	Phở gà sữa chua TP	Phô mai	Rau muố
Thứ 6	Bánh canh cua, xà lách Uống sữa	Mặn: Thịt trứng, bí ngòi chiên Canh: chua cá basa thơm, giá, cà chua, rau muống Tráng miệng: Thanh long	Cháo thịt bò, bí đỏ Bánh flan LA	Phô mai	Rau dền

Cấp dưỡng nấu chính: Võ Thị Tiên Thủy

Hiệu trưởng

Lê Thị Thùy Linh

UBND HUYỆN HÓC MÔN
TRƯỜNG MN CÚC HỌA MI

THỰC ĐƠN TUẦN NHÓM CƠM
Tuần lễ từ ngày 08-04-2024 đến ngày 12-04-2024

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa xế	Suy dinh dưỡng
Thứ 2	Cháo cá nầm rom, hạt sen Uống sữa	Mặn: Gà kho thơm Canh: Tôm tươi, bí xanh, đu đủ Tráng miệng: Nước rong biển, nhãn nhục	Nui, thịt, xà lách Sữa chua	Bánh ngọt
Thứ 3	Hủ tiếu nam vang Uống sữa	Mặn: Bò nấu đậu trắng, khoai tây, cà rốt Canh: Cua rau đay, rau dền, đậu hủ non Tráng miệng: Dưa hấu	Hoành thánh thịt hẹ lá Bánh Flan	Uống sữa
Thứ 4	Mì hải sản Uống sữa	Mặn: Cá lóc kho nước dừa Canh: Canh thịt bông cải, củ cải, su su, khoai tây Tráng miệng: Nước cam	Cháo thịt đậu xanh Sữa chua	Bánh ngọt
Thứ 5	Bún riêu cua Uống sữa	Mặn: Tôm thịt xào chua ngọt (dưa leo, cà chua, đậu cove) Canh: Thịt cải thìa, cải thảo Tráng miệng: Chuối	Miến gà, mướp Bánh flan	Uống sữa
Thứ 6	Phở bò Uống sữa	Mặn: Thịt ram nước dừa Canh: cá thác lác, cải bó xôi, đậu hủ non Tráng miệng: Nước sơ ri, thơm	Bánh bông lan Sữa chua	Bánh ngọt

Cấp dưỡng nấu chính: Trần Thị Tuyết Như

HIỆU TRƯỞNG

Lê Thị Thùy Linh

Béo phì

Rau
muống

Tăng
lượng
canh

Rau dền

Tăng
lượng
canh

Đậu cove

UBND HUYỆN HÓC MÔN

THỰC ĐƠN TUẦN NE
Tuần lễ từ ngày 15-04-2024 đến

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa
Thứ 2	Nui mực nấm rom Uống sữa	Mặn: Cá chẽm sốt, cà chua, mè Canh: Thịt cải ngọt, đậu hủ non Tráng miệng: Nước sâm
Thứ 3	Súp hải sản Uống sữa	Mặn: Gà ram nước dừa Canh: tôm, thịt cải xoong Tráng miệng: Chuối
Thứ 4	Cháo tôm, hạt sen, đậu pipo Uống sữa	Mặn: thịt bò kho củ cải Canh: chua cá basa thơm, giá, rau muống, cà chua Tráng miệng: Dưa hấu
Thứ 5	Nghỉ giỗ tổ Hùng Vương mừng 10	
Thứ 6	Mì quảng Uống sữa	Mặn: Chả hấp Canh: thịt bò bí đỏ, cà rốt, đậu hủ non Tráng miệng: Nước tắc

Cấp dưỡng nấu chính: Võ Thị Tiên Thủy

IÓM CƠM

n ngày 19-04-2024

Bữa xế	Suy dinh dưỡng	Béo phì
Hủ tiêu, thịt, cà rốt Yaourt	Uống sữa	Đậu cove
Bún gạo thịt, xà lách Bánh flan	Uống sữa	Bí xanh
Mì gà, hẹ lá Yaourt	Uống sữa	Tăng lượng canh
tháng 3 AL		
Bánh mì nhân phô mai, phủ đường Yaourt	Uống sữa	Rau muống

HIỆU TRƯỞNG

Lê Thị Thùy Linh

UBND HUYỆN HÓC MÔN

THỰC ĐƠN TUẦN NE
Tuần lễ từ ngày 22-04-2024 đến

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa
Thứ 2	Súp hải sản Uống sữa	Mặn: Cá thu sốt cà chua, mè Canh: Thịt, rau tần ô, đậu hủ non Tráng miệng: Nước cam
Thứ 3	Bánh mì chà bông, sốt phô mai Sữa chua	Mặn: Bò kho hầm khoai tây, bắp hạt Canh: cua đồng, mồng tơi, mướp Tráng miệng: Nước tắc
Thứ 4	Cháo cá, nấm rơm, đậu pipo Uống sữa	Mặn: Gà hầm đậu trắng, bắp non, cà rốt Canh: Thịt, cải bó xôi, đậu hủ non Tráng miệng: Chuối cau
Thứ 5	Mì mực, xà lách Uống sữa	Mặn: Xíu mại bọc trứng Canh: chua cá lóc, nấu bầu Tráng miệng: Nước chanh
Thứ 6	Bánh canh cua Uống sữa	Mặn: Tôm rim thịt Canh: thịt bông cải, bắp cải, su su, khoai tây, củ dền Tráng miệng: Nước thơm, sơ ri

Cấp dưỡng nấu chính: Trần Thị Tuyết Như

IÓM CƠM

n ngày 26-04-2024

Bữa xế	Suy dinh dưỡng	Béo phì
Hoành thánh mộc, hẹ lá Sữa chua	Uống sữa	Bí xanh
Nui thịt, củ cải Uống sữa	Uống sữa	Tăng lượng canh
Bún tôm tươi, rau muống Sữa chua	Uống sữa	Đậu que
Hủ tiếu thịt, cải thìa Bánh Plan	Uống sữa	Rau dền
cháo thịt bò, đậu xanh Bánh flan	Uống sữa	Bầu

HIỆU TRƯỞNG

Lê Thị Thùy Linh