ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 12 **THỰC ĐƠN TUẦN 01**

**ĐƠN VỊ: MẦM NON HỌA MI I**  **Từ ngày 30/9 /2024 đến ngày 4/10 /2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **MÓN SÁNG** | **MÓN CANH** | **MÓN MẶN** | **MÓN XẾ** | **MÓN TRÁNG MIỆNG** | **SDD** | **TC-BP** |
| **THỨHAI**  **30/9** | Sữa Grow IQ  Hủ tiếu nam vang  Bánh mì 6 múi | Rau muống gà lá giang | Cá diêu hồng chiên sả | Bún bò | Lê đường  Bánh Flan | Bánh bông lan chà bông | Cải thìa |
| **THỨ BA**  **1/10** | Sữa Grow IQ  Cơm tấm sườn ,trứng ốp la  Canh cải thảo tôm thịt | Bầu nấu nghêu | Đậu hủ tứ xuyên | Cháo lươn đậu xanh | Bánh quế  Nước thơm | Sữa chua | Bông cải xanh |
| **THỨ TƯ**  **2/10** | Sữa Grow I  Bánh canh chả cá  Mì trần xào tôm thịt | Rau ngót nấu giò sống | Trứng chiên thịt băm | Bún cá thu | Dưa hấu  Nước chanh dây | Phô mai | Bắp cải |
| **THỨ NĂM**  **3/10** | Sữa Grow IQ  Bánh đa cua  Bún thịt xào | Bí ngòi thịt băm | Cốt lết rim nước dừa | Phở gà | Bánh xốp  Nước bí đao | Sữa su su | Bầu |
| **THỨ SÁU**  **4/10** | Sữa Grow IQ  Hủ tiếu bò kho  Bánh mì bò kho | Cải nhún nấu tôm | Cá lóc kho tiêu | Hoành thánh tôm thịt | Chuối cau  Nước chanh | Bánh plan | Su su |

**Cấp dưỡng nấu chính Người duyệt thực đơn**

**Nguyễn Thị Như Huyền Ngô Thanh Tâm Nguyễn Thị Thùy Trang**

ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 12 **THỰC ĐƠN TUẦN 02**

**ĐƠN VỊ: MẦM NON HỌA MI I**  **Từ ngày 7/10 /2024 đến ngày 11/10 /2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **MÓN SÁNG** | **MÓN CANH** | **MÓN MẶN** | **MÓN XẾ** | **MÓN TRÁNG MIỆNG** | **SDD** | **TC-BP** |
| **THỨHAI**  **7/10** | Sữa Grow IQ  Mì xá xíu  Bánh bèo chả lụa | Cải bó xôi nấu tôm, thịt | Chả hấp | Miến gà | Dưa hấu  Nước cam | Sữa chua | Bắp |
| **THỨ BA**  **8/10** | Sữa Grow IQ  Nui xoắn tôm thịt  Mì ý xào bò | Khoai mỡ nấu thịt | Cá lóc chiên | Bánh đa cua | Chuối cau  Nước sâm | Bánh gấu | Rau dền |
| **THỨ TƯ**  **9/10** | Sữa Grow IQ  Phở gà  Trứng gà luộc | Mồng tơi cua đồng | Thịt rim tôm | Lẩu cá bóp | Thanh long  Nước chanh | Bánh xốp phô mai | Bí xanh |
| **THỨ NĂM**  **10/10** | Sữa Grow IQ  Hủ tiếu bò viên  Bún gạo xào thịt | Thơm, giá ,cà chua, nấu tôm tươi | Cánh gà cháy tỏi | Bánh canh tôm thịt | Bánh con cá  Nước nhãn nhục | Bánh gạo | Đậu bắp |
| **THỨ SÁU**  **11/10** | Sữa Grow IQ  Bún mọc  Bánh bon sợi gà | Cải salad xoong nấu bò | Chả cá sốt cà chua | Canh bún | Nho  Nước tắc | Sữa Yakult | Cải ngọt |

**Cấp dưỡng nấu chính Người duyệt thực đơn**

**Phạm Thị Ngọc Diệp Ngô Thanh Tâm Nguyễn Thị Thùy Trang**

ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 12 **THỰC ĐƠN TUẦN 03**

**ĐƠN VỊ: MẦM NON HỌA MI I**  **Từ ngày 14/10 /2024 đến ngày 18/10 /2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **MÓN SÁNG** | **MÓN CANH** | **MÓN MẶN** | **MÓN XẾ** | **MÓN TRÁNG MIỆNG** | **SDD** | **TC-BP** |
| **THỨHAI**  **14/10** | Sữa Grow IQ  Hủ tiếu nam vang  Bánh bao | Đu đủ sườn non | Cá chẽm sốt chua ngọt | Nui sao tôm thịt | Bánh gấu  Nước Tắc | Bánh plan | Tần ô |
| **THỨ BA**  **15/10** | Sữa Grow IQ  Bún cá thu  Nui xào bò | Cải ngọt tôm thịt | Cơm chiên dương châu | Bánh canh chả cá | Thanh long  Nước coctaik | Sữa su su | Đậu cove |
| **THỨ TƯ**  **16/10** | Sữa Grow IQ  Mì trứng tôm thịt  Bánh hỏi nem nướng | Cà rốt, su su, khoai tây, củ dền, sườn non | Đùi gà rô ti | Mì trần bò viên | Lê đường  Nước chanh dây | Bánh cá | Cải nhún |
| **THỨ NĂM**  **17/10** | Sữa Grow IQ  Miến gà  Bánh custar | Cá lóc nấu rau ngót | Trứng cút chiên nước mắm | Lẫu riêu cua | Đu đủ  Nước cam | Phô mai | Rau muống |
| **THỨ SÁU**  **18/10** | Sữa Grow IQ  Mì quảng tôm thịt  Bún xào Singapor | Cải thảo nấu tôm | Cá diêu hồng kho thơm | Phở bò | Chuối cau  Chè đậu xanh | Sữa chua | Bầu |

**Cấp dưỡng nấu chính Người duyệt thực đơn**

**Nguyễn Thị Cẩm Tú Ngô Thanh Tâm Nguyễn Thị Thùy Trang**

ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 12 **THỰC ĐƠN TUẦN 04**

**ĐƠN VỊ: MẦM NON HỌA MI I**  **Từ ngày 21/10 /2024 đến ngày 25/10 /2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **MÓN SÁNG** | **MÓN CANH** | **MÓN MẶN** | **MÓN XẾ** | **MÓN TRÁNG MIỆNG** | **SDD** | **TC-BP** |
| **THỨHAI**  **21/10** | Sữa Grow IQ  Phở bò  Bánh bon sợi gà | Bí ngòi nấu sườn non | Thịt kho trứng cút | Lẫu hải sản | Sapoche  Nước sâm | Bánh nhện mè | Rau muống |
| **THỨ BA**  **22/10** | Sữa Grow IQ  Hủ tiếu gà  Mì trần xào tôm thịt | Cải nhún tôm tươi | Đậu hủ nhồi thịt | Bún bò | Táo  Nước chanh | Sữa Probi | Bắp |
| **THỨ TƯ**  **23/10** | Sữa Grow IQ  Hoành thánh tôm thịt  Bánh mì trứng ốp la | Bí xanh thịt băm | Cá ba sa nước mắm | Miến lươn | Bánh quế  Chè đậu đen | Bánh Riz | Cải thảo |
| **THỨ NĂM**  **24/10** | Sữa Grow IQ  Bánh đa cá rô đồng  Bún gạo xào hải sản | Tần ô nấu cá thác lác | Chả ức gà nấm hương, cà rốt | Súp tôm bí đỏ | Chuối sứ  Nước tắc | Sữa Yakulk | Rau lang |
| **THỨ SÁU**  **25/10** | Sữa Grow IQ  Bún mọc  Nui xào thịt | Mây hồng | Lagu bò | Mì xá xíu | Dưa hấu  Chanh dây | Bánh xốp | Bông cải |

**Cấp dưỡng nấu chính Người duyệt thực đơn**

**Lê Thị Trinh Duyên Ngô Thanh Tâm Nguyễn Thị Thùy Trang**

ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 12 **THỰC ĐƠN TUẦN 05**

**ĐƠN VỊ: MẦM NON HỌA MI I**  **Từ ngày 28/10 /2024 đến ngày 01/11 /2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **MÓN SÁNG** | **MÓN CANH** | **MÓN MẶN** | **MÓN XẾ** | **MÓN TRÁNG MIỆNG** | **SDD** | **TC-BP** |
| **THỨHAI**  **28/10** | Sữa Grow IQ  Bún bò Huế  Bánh cade | Bầu nấu tôm tươi | Thịt viên sốt cà chua | Cháo ếch singapor | Bánh nhện mè  Nước tắc | Phô mai | Đậu cove |
| **THỨ BA**  **29/10** | Sữa Grow IQ  Mì quảng gà  Mì trần xào bò | Mồng tơi, mướp hương cua đồng | Cá lóc chiên sốt chanh dây | Bún mọc | Thanh long  Nước bí đao | Sữa chua | Cải ngọt |
| **THỨ TƯ**  **30/10** | Sữa Grow IQ  Cơm tấm  Canh cải nhún nấu thịt | Đậu bắp, cà chua, bạc hà, giá nấu cá hú | Thịt kho đậu hủ | Hủ tiếu nam vang | Bánh riz  Nước chanh dây | Bánh con cá | Cải thìa |
| **THỨ NĂM**  **31/10** | Sữa Grow IQ  Nui ống tôm thịt  Bánh Hura |  | Mì ý xào bò | Tiệc buffet - sinh nhật | Chuối cau  Nước chanh | Sữa su su | Su su |
| **THỨ SÁU**  **1/11** | Sữa Grow IQ  Hủ tiếu bò viên  Bún gạo xào tôm thịt | Bắp cải nấu thịt băm | Tôm rim thịt | Lẩu bò | Bánh kẹp ngò  Dưa gang | Bánh plan | Đâu bắp |

**Cấp dưỡng nấu chính Người duyệt thực đơn**

**Nguyễn Thị Cẩm Tú Ngô Thanh Tâm Nguyễn Thị Thùy Trang**