

THỰC ĐƠN TUẦN  
NHÓM CƠM  
Tuần lễ từ ngày 05-5-2025

| Thứ   | Bữa sáng                                                              | Bữa trưa                                                                                                                          |
|-------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Thứ 2 | Súp nui hải sản                                                       | Mặn: Cá thu sốt cà chua, hành tây, đậu cove, mè                                                                                   |
| Thứ 3 | Mì mực<br>Uống sữa                                                    | Mặn: Bò kho bắp hạt, nấm, đậu hủ non<br>Canh: Canh chua cá basa rau muống, giá, thơm<br>Tráng miệng: Dưa hấu                      |
| Thứ 4 | Bún tươi, cua biển, xà lách<br>Uống sữa                               | Mặn: Hải sản xào chua ngọt (cà chua, dưa leo, bắp non, gấc, củ hành)<br>Canh: thịt cải thìa, cải nhúng<br>Tráng miệng: Nước sơ ri |
| Thứ 5 | Cháo cá hồi<br>đậu hà lan, bí đỏ<br>Uống sữa <input type="checkbox"/> | Mặn: Thịt kho trứng<br>Canh: Đậu hủ non, cải thảo, cà rốt, bí ngòi<br>Tráng miệng: Chuối                                          |
| Thứ 6 | Phở xào bò<br>Uống sữa                                                | Mặn: Gà nấu đậu, bắp non, khoai tây<br>Canh: Cải bó xôi, nấm đông cô, tôm tươi                                                    |

Cấp dưỡng nấu chính: Ngô Thị Bích Liên

| Bữa xế                                                            | Béo phì                   | SDD             |
|-------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------|
| Cháo gà<br>đậu xanh                                               | Cải<br>thảo               | Uôn<br>g        |
| Hủ tiếu<br>tôm, cải<br>ngọt<br>Bánh flan                          | Tăng<br>lượn<br>g<br>canh | Phô<br>mai      |
| Hoành<br>thánh, mộc<br>sú sú<br>Sữa chua <input type="checkbox"/> | Rau<br>muố<br>ng          | Uôn<br>g<br>sữa |
| Miến lươn<br>mướp<br>Bánh flan                                    | Đậu<br>cove               | Phô<br>mai      |
| Bánh mì<br>xúc xích,<br>bắp<br>Sữa chua <input type="checkbox"/>  | Tăng<br>lượn<br>g<br>canh | Uôn<br>g<br>sữa |

**HIỆU TRƯỞNG**

**Lê Thị Thùy Linh**

UBND HUYỆN HÓC MÔN  
TRƯỜNG MN CÚC HÒA MI

**THỰC ĐƠN TUẦN NHÓM CƠM**  
Tuần lễ từ ngày 12-5-2025 đến ngày 17-5-2

| Thứ          | Bữa sáng                                          | Bữa trưa                                                                                                      | Bữa xế                             |
|--------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| <b>Thứ 2</b> | Hoành thánh hải sản                               | Mặn: Gà ram nước dừa<br>Canh: chua cá thơm, giá, cà chua,                                                     | Bún tươi<br>tôm, xà                |
| <b>Thứ 3</b> | Hủ tiếu cua biển, nhúng<br>Uống sữa ☐             | Mặn: Bò kho củ cải, khoai tây<br>Canh: Mây hồng (nấm, cà chua, trứng, đậu hủ non)<br>Tráng miệng: Thanh long  | Cháo mực,<br>bí xanh<br>Bánh flan  |
| <b>Thứ 4</b> | Miến mực, cà rốt, nấm rơm<br>Uống sữa             | Mặn: Cá chẽm sốt chua ngọt<br>Canh: cua tôm khô cải bó xôi, cải thảo<br>Tráng miệng: Nước cam                 | Phở thịt,<br>su su<br>Sữa chua     |
| <b>Thứ 5</b> | Cháo ếch bí đỏ, khoai môn, đậu hà lan<br>Uống sữa | Mặn: Tôm rim thịt nước dừa<br>Canh: Đậu hủ non bắp cải, cải thìa<br>Tráng miệng: Nước sơ ri, tắc              | Mì trứng,<br>gà nướng<br>Bánh plan |
| <b>Thứ 6</b> | Bánh canh cá lóc xà lách<br>Uống sữa              | Mặn: Chả hấp (thịt, trứng, nấm mèo, bún tàu)<br>Canh: Bò bí đỏ, khoai lang, đậu phộng<br>Tráng miệng: Dưa hấu | Bánh bông lan chà bông<br>Sữa chua |
| <b>Thứ 7</b> | Mì quảng, tôm<br>Uống sữa                         | Mặn: Thịt kho đậu hủ<br>Canh: gà cải ngọt<br>Tráng miệng: Chuối cau                                           | Nui thịt xà lách<br>Uống sữa       |

Cấp dưỡng nấu chính: Đỗ Thị Thanh Xuân

**ĐU TRƯỞ**

Lê Thị Thù

**Lê Thị Thùy I**

| Béo<br>phì       | SDD         |
|------------------|-------------|
| Đậu<br>cove      | Phô<br>mai  |
| Rau<br>dền       | Uống<br>sữa |
| Bí<br>xanh       | Uống<br>sữa |
| Cải<br>thảo      | Uống<br>sữa |
| Rau<br>muốn<br>g | Phô<br>mai  |
|                  |             |