

TP. HỒ CHÍ MINH
Quận 10
Phường 9
MN Phường 9

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN MẪU GIÁO

Tuần lễ từ ngày 16-09-2019 đến ngày 20-09-2019

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa chính chiều	Bữa phụ chiều
Thứ 2	- Uống sữa - Soup bí đỏ	- Canh: Khoai từ nấu tôm - Mặn: Chả cuộn trứng - Tráng miệng: Chuối	- Bánh mexico - Nước mát	- Bánh flan
Thứ 3	- Uống sữa - Miến hải sản	- Canh: Soup nấu thịt - Mặn: Bò nấu bate - Tráng miệng: Đu đủ	- Bánh mì ngọt - Ngũ cốc	- Yaourt
Thứ 4	- Uống sữa - Bún bò	- Canh: Cải trắng nấu hến - Mặn: Cà ri gà - Tráng miệng: Xoài	- Nui thịt heo - Sữa bắp	- Bánh flan
Thứ 5	- Uống sữa - Bánh canh	- Canh: Cải dún nấu nghêu - Mặn: Cá nhúng bột chiên - Tráng miệng: Dưa hấu	- Bún tôm - Nước sơ ri	- Yaourt
Thứ 6	- Uống sữa - Hủ tiếu mực	- Canh: Chua nấu cá - Mặn: Thịt kho đậu hủ - Tráng miệng: Saboche	- Bánh mì tổ cú - Nước cam	- Bánh flan

Năng lượng tại trường của 1 trẻ một ngày là: 55%_676 Kcal (Bữa trưa: 40% _492 Kcal , Bữa xế: 15%_184 Kcal)