

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

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN NHÀ TRẺ

Tuần lễ từ ngày 09-09-2019 đến ngày 13-09-2019

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa chính chiều	Bữa phụ chiều
Thứ 2	- Uống sữa - Soup sò điệp	- Canh: Khoai mỡ nấu tôm - Mặn: Cá chưng nấm rơm - Tráng miệng: Saboche	- Cháo thịt - Nước đậu đen	- Bánh flan
Thứ 3	- Uống sữa - Bún cá	- Canh: Rau mồng tơi nấu nghêu - Mặn: Tôm thịt sốt cà chua - Tráng miệng: Dưa hấu	- Hủ tiếu gà - Sữa bắp	- Yaourt
Thứ 4	- Uống sữa - Phở bò	- Canh: Cải xanh cá thác lát - Mặn: Chả trứng - Tráng miệng: Chuối	- Mì tôm thịt, - Nước chanh dây	- Bánh flan
Thứ 5	- Uống sữa - Miến lươn	- Canh: Rau dền nấu tôm - Mặn: Cá hủ kho thơm - Tráng miệng: Dưa gang	- Nui thịt heo - Nước cam	- Yaourt
Thứ 6	- Uống sữa - Nui thịt bò	- Canh: Cải dún nấu tôm - Mặn: Chả mực chiên - Tráng miệng: Dưa hấu	- Bánh quy bơ - Nước sơ ri	- Bánh flan

Năng lượng tại trường của 1 trẻ một ngày là: 60%_600 Kcal (Bữa trưa: 45% _450 Kcal, Bữa xế: 15%_150 Kcal)