

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

## THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN NHÀ TRẺ

Tuần lễ từ ngày 16-12-2019 đến ngày 20-12-2019

| Thứ          | Bữa sáng                       | Bữa trưa                                                                     | Bữa chính chiều                        | Bữa phụ chiều                       |
|--------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------|
| <b>Thứ 2</b> | - Uống sữa<br>- Mì gà          | - Canh: Cải dún nấu thịt bò<br>- Mặn: Cà ri thịt<br>- Tráng miệng: Xoài      | - Cháo cá lóc<br>- Sữa bắp             | - Bánh flan<br>- Sữa vinamilk (SDD) |
| <b>Thứ 3</b> | - Uống sữa<br>- Soup khoai tây | - Canh: Khoai tây nấu tôm<br>- Mặn: Cá ba sa chiên<br>- Tráng miệng: Saboche | - Miến lươn<br>- Nước ngũ cốc          | - Yaourt<br>- Pho mai (SDD)         |
| <b>Thứ 4</b> | - Uống sữa<br>- Phở hải sản    | - Canh: Rau dền nấu hến<br>- Mặn: Gà xào gừng<br>- Tráng miệng: Dưa hấu      | - Nui thịt bò<br>- Nước sô ri          | - Bánh flan<br>- Váng sữa (SDD)     |
| <b>Thứ 5</b> | - Uống sữa<br>- Bánh canh cua  | - Canh: Mướp nấu tôm<br>- Mặn: Thịt kho trứng cút<br>- Tráng miệng: Chuối    | - Lagu gà bánh mì<br>- Nước cam        | - Yaourt<br>- Pho mai (SDD)         |
| <b>Thứ 6</b> | - Uống sữa<br>- Pho mai        | - Canh: Cải soong nấu nghêu<br>- Mặn: Thịt xá xíu<br>- Tráng miệng: Đu đủ    | - Bánh bông lan chà bông<br>- Nước mát | - Bánh flan<br>- Sữa vinamilk (SDD) |

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

### Công ty thực phẩm:

- Rau, củ, quả, thịt, trứng: Công ty Vegefoods.
- Hải sản: Công ty Thủy hải sản Lê Thành.
- Sữa Ellac: Công ty CP SX -XNK TP Sài Gòn.
- Bánh ngọt: TNHH DT SX TM Thực phẩm Tân Thiên Ân.
- Bánh flan, yaourt: Công ty TNHH TP Ánh Hồng.