

**THỰC ĐƠN TRONG NGÀY KHỎI MẪU GIÁO**  
**TỪ NGÀY 10 / 10 / 2016 ĐẾN 14 / 10 / 2016**

| <b>THỨ<br/>NGÀY</b> | <b>SÁNG</b>                                                    | <b>ĂN CHÍNH</b>                                                                                                                                    | <b>ĂN PHỤ</b>                                                  | <b>SDD-BP</b>                                               |
|---------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| Thứ hai<br>10/10    | 7g30: Bún bò<br>Bánh Marie<br><br>8g00: Sữa nóng               | <b>MẶN:</b> Thịt heo sốt dầu ôliu<br>Bó xôi xào tỏi<br><b>CANH:</b> Bầu nấu tôm tươi<br><br><b>T.MIỆNG:</b> Thanh long-Sữa (M)                     | -Xôi gấc<br><br>-Nước nho ép<br><br>-Yaourt                    | -Sữa nutifit<br>-B.xôi luộc<br>-Phômai<br>(SDD)             |
| Thứ ba<br>11/10     | 7g30: Soup hải sản<br>Bánh ướt<br><br>8g 00: Sữa Milo          | <b>MẶN:</b> Thịt gà nấu nấm<br>Đùi gà nấu nấm (C)<br><br><b>CANH:</b> Cải thảo, cà rốt nấu thịt<br><br><b>T.MIỆNG:</b> Chuối                       | -Cháo tôm hạt sen<br><br>-Nước tắc ép<br><br>-Yaourt           | -Sữa nutifit<br><br>-Bông cải<br>hấp<br>-Sữa tươi<br>(SDD)  |
| Thứ tư<br>12/10     | 7g30: Phở gà<br>Bánh mì-Phômai<br><br>8g00: Sữa nóng           | <b>MẶN:</b> Thịt heo tiềm tứ xuyên<br>Bún xào Singapo (L)<br><br><b>CANH:</b> Cà chua tôm trứng<br><br><b>T.MIỆNG:</b> Nho-Sữa (M)                 | -Mì trứng nấu tôm<br><br>-Nước thơm ép<br><br>-Yaourt          | -Sữa nutifit<br><br>-Cải thìa luộc<br><br>-B.Flant<br>(SDD) |
| Thứ năm<br>13/10    | 7g30: Hủ tiếu cá<br>Bánh ngũ cốc kellogg<br><br>8g00: Sữa nóng | <b>MẶN :</b> Thịt kho trứng cút<br>Trứng chiên tôm,hệ (C)<br><br><b>CANH:</b> Cải nhún nấu thịt<br><br><b>T .MIỆNG:</b> Dưa hấu-Sữa (M)            | -Thịt bò nấu đậu<br>-Bánh mì<br><br>-Nước ổi ép<br><br>-Yaourt | -Sữa nutifit<br><br>-Su su hấp<br><br>-Phômai<br>(SDD)      |
| Thứ sáu<br>14/10    | 7g30 : Miến tôm<br>Há cảo<br><br>8g00: Sữa Milo                | <b>MẶN:</b> Cá basa, rau củ sốt chanh<br>dây<br>Bắp cải xào thịt<br><br><b>CANH:</b> Chua thơm,giá, bạc hà<br>nấu mực<br><br><b>T.MIỆNG:</b> Đu đủ | -Súp nui nấu tôm<br><br>-Chanh dây ép<br><br>-Yaourt           | -Sữa nutifit<br><br>-Bầu luộc<br><br>-Sữa tươi<br>(SDD)     |