

THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
Quận 10
Phường 9
MN Phường 9

THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN MẪU GIÁO

Tuần lễ từ ngày 03-10-2022 đến ngày 07-10-2022

Thứ	Bữa sáng	Bữa trưa	Bữa chính chiều	Bữa phụ chiều
Thứ 2	- Uống sữa - Bún riêu	- Canh: Rau muống nấu chua cá hủ - Mặn: Thịt kho trứng cút, susu luộc (BP) - Tráng miệng: Đu đủ	- Hủ tiếu cá - Nước ép thơm	- Bánh flan
Thứ 3	- Uống sữa - Há cảo	- Canh: Khoai tây nấu hến - Mặn: Cá cam tẩm bột chiên, đậu cô ve luộc (BP) - Tráng miệng: Thanh long	- Cháo lươn - Nước ép ổi	- Yaourt - Sữa tươi (SDD)
Thứ 4	- Uống sữa - Soup bí đỏ	- Canh: Bí xanh nấu nghêu - Mặn: Thịt ếch xào sả, cải thìa luộc (BP) - Tráng miệng : Chuối	- Mì tiềm hải sản - Nước mát	- Bánh flan
Thứ 5	- Uống sữa - Miến gà	- Canh: Mướp nấu tôm - Mặn: Cá lóc kho thơm, bắp cải luộc (BP) - Tráng miệng: Saboche	- Nui lagu thịt bò - Nước ngũ cốc	- Yaourt
Thứ 6	- Uống sữa - Bánh canh cua	- Canh: Cải soong nấu cá thác lác - Mặn: Thịt xá xiu, bắp non luộc (BP) - Tráng miệng: Dưa hấu	- Bánh mì ngọt - Sữa đậu nành	- Bánh flan - Sữa tươi (SDD)

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

Công ty thực phẩm:

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

HIỆU TRƯỞNG

Cấp dưỡng nấu chính: Nguyễn Thị Kim Loan

Người duyệt thực đơn: **Trần Thị Thanh Thủy**