UBND QUẬN GÒ VẤP **THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN**

TRƯỜNG MẦM NON QUỲNH HƯƠNG Tuần lễ từ ngày 01.05 đến ngày 5.05.2023

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Bữa sáng** | **Bữa trưa** | **Bữa chính chiều** | **Bữa phụ chiều** | **Cho trẻ dị ứng** |
| Thứ 2**(01/5)** | Nghỉ lễ |
| Thứ 3**(02/5)** | Nghĩ bù lễ |
| Thứ 4**(03/5)** | Nghĩ bù lễ  |
| Thứ 5**(04/5)** | Cháo thịt bòSữa Grow IQ Plus | Bún mọc Tráng miệng: chuối cauSuy dinh dưỡng: Trứng gà luộc | Nui sò nấu tôm thịtSữa Grow IQ Plus | Nước cam |  |
| Thứ 6**(05/5)** | Hủ tíu hải sảnSữa Grow IQ Plus | Cơm trắngMặn: Cá lóc chiên giònCanh: Bí đỏ nấu tôm thịtTráng miệng: Dưa hấu không hạtBéo phì: Rau muống luộcSuy dinh dưỡng: Tôm chiên bột |  Bánh mì dứa hạnh nhânSữa Grow IQ Plus | Nước chanh dây |  |

**Cấp dưỡng nấu chính: Phạm Thị Kiều Dung Người duyệt thực đơn: Nguyễn Thị Oanh**

UBND QUẬN GÒ VẤP **THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN**

TRƯỜNG MẦM NON QUỲNH HƯƠNG Tuần lễ từ ngày 8.05 đến ngày 12.05.2023

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Bữa sáng** | **Bữa trưa** | **Bữa chính chiều** | **Bữa phụ chiều** | **Cho trẻ dị ứng** |
| Thứ 2**(8/5)** | Bánh ĐoremonSúp gà Sữa Grow IQ Plus | Cơm trắngMặn: Cá thu chiên sốt càCanh: Bầu nấu tôm thịtTráng miệng: Yaourt Béo phì: Rau dền luộcSuy dinh dưỡng: Váng sữa | Bánh đa nấu tôm thịt Sữa Grow IQ Plus | Nước tắc | Thịt heo rim mặn |
| Thứ 3**(9/5)** | Hủ tíu bò viênSữa Grow IQ Plus | Cơm trắng**Mặn: Tôm sốt dầu hào****Tôm lăn bột chiên** Canh: cải xanh nấu thịt nạcTráng miệng: chuối sứBéo phì: Cà rốt hấpSuy dinh dưỡng: bánh flan Ánh Hồng | Cháo cá lóc nấm rơmSữa Grow IQ Plus | Nước dâu tây | Thịt heo sốt dầu hào |
| Thứ 4**(10/5)** | Nui ống nấu thịt bòSữa Grow IQ Plus | Cơm trắngMặn: Cá điêu hồng kho thơmCanh: Khoai mỡ nấu tôm tươi Tráng miệng: Bánh flan Béo phì: Cải dún luộcSuy dinh dưỡng: Tôm chiên bột | Miến xào cua biển Sữa Grow IQ Plus | Nước thơm | Nui nấu thịt nạcMiến nấu thịt heo  |
| Thứ 5**(11/5)** | Hoành thánh nấu hải sảnSữa Grow IQ Plus | Cơm trắngMặn: Bò hầm khoai tây, cà rốt Canh: Chua rau muống nấu tôm thịtTráng miệng: Thanh longBéo phì: Đậu que luộcSuy dinh dưỡng: Phomai | Bún thangSữa Grow IQ Plus | Nước sơ ri | Hoành thánh nấu thịt bằmThịt heo chiên |
| Thứ 6**(12/5)** | Cháo tôm tươiSữa Grow IQ Plus | Cơm trắngMặn: Thịt kho trứng cútCanh: Bí ngòi nấu thịt nạcTráng miệng: Bánh flanBéo phì: Cải thảo luộcSuy dinh dưỡng: Bánh hura | Bánh bao Sữa Grow IQ Plus | Nước chanh  | Cháo thịt heo |

 **Cấp dưỡng nấu chính: Huỳnh Thị Dạ Yến Người duyệt thực đơn: Nguyễn Thị Oanh**

UBND QUẬN GÒ VẤP **THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN**

TRƯỜNG MẦM NON QUỲNH HƯƠNG Tuần lễ từ ngày 15.05 đến ngày 19.05.2023

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Bữa sáng** | **Bữa trưa** | **Bữa chính chiều** | **Bữa phụ chiều** | **Cho trẻ dị ứng** |
| Thứ 2**(15/5)** | Bánh bông lan cuộnNui sao nấu thịt nạcSữa Dairysure | Cơm trắngMặn: Cá chẽm sốt chua ngọtCanh: Rau dền mướp nấu tôm thịtTráng miệng: Dưa hấuBéo phì: Khoai tây hấpSuy dinh dưỡng: Phomai | Bún măng vịtSữa Dairysure | Nước ép nho | Thịt heo sốt chua ngọt |
| Thứ 3**(16/5)** |  Cháo cá hồiSữa Dairysure | Cơm trắngMặn: Phá lấu lưỡi heoCanh: Bí đỏ nấu tôm tươiTráng miệng: Lê Hàn QuốcBéo phì: Rau muống luộcSuy dinh dưỡng: Váng sữa | Bánh canh cua biểnSữa Dairysure | Nước cam | Súp thịt bằm |
| Thứ 4**(17/5)** | Hủ tíu bò khoSữa Dairysure | Cơm trắngMặn: Tôm sốt phomai **Canh: Cải thìa nấu thịt nạc****Bí xanh nấu thịt nạc**Tráng miệng: Dưa lướiBéo phì: Bông cải luộcSuy dinh dưỡng: Trứng gà ta | Mì trứng xá xíuSữa Dairysure | Nước chanh dây | Hủ tíu thịt nạcThịt heo sốt phomai |
| Thứ 5**(18/5)** | Súp cuaSữa Dairysure | Cơm trắngMặn: Xíu mại thịt heo Canh: Bò ngót nấu mọcTráng miệng: xoài cátBéo phì: cải nhún luộcSuy dinh dưỡng: Bánh Hura | Phở gàSữa Dairysure | Nước xí muội |  |
| Thứ 6**(19/5)** | Bánh đa hải sảnSữa Dairysure | Miến xào chim bồ câuTráng miệng: Chuối cauSuy dinh dưỡng: Xúc xích | Bánh sanwid chà bông Sữa Dairysure | Nước sâm |  |

 **Cấp dưỡng nấu chính: Lâm Thị Thúy Hoa Người duyệt thực đơn: Nguyễn Thị Oanh**

UBND QUẬN GÒ VẤP **THỰC ĐƠN ĂN TRONG TUẦN**

TRƯỜNG MẦM NON QUỲNH HƯƠNG Tuần lễ từ ngày 22.05 đến ngày 25.05.2023

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Bữa sáng** | **Bữa trưa** | **Bữa chính chiều** | **Bữa phụ chiều** | **Cho trẻ dị ứng** |
| Thứ 2**(22/5)** | Hủ tíu Nam VangSữa Dairysure | Cơm trắngMặn: Mực xào chua ngọtCanh: Cải bó xôi nấu tôm thịtTráng miệng: Đu đủBéo phì: Su hào luộcSuy dinh dưỡng: Phomai | Hoành thánh nấu sườn nonSữa Dairysure | Nước nhản nhục | Thịt heo rim mân |
| Thứ 3**(23/5)** | Bún cá hồiSữa Dairysure | -- Cánh gà tẩm bột chiên giòn- Cơm chiên hạt sen- Súp cua măng tây- Xúc xích + cá viên+ khoai tây chiên- Dưa hấu không hạt | Nui tôm khô nấu thịt bòSữa Dairysure | Nước cam | Nui nấu thịt bằm |
| Thứ 4**(24/5)** | Bánh đa cua Hải phòngSữa Dairysure | Cơm trắngMặn: Cá lóc kho tộ Canh: chua rau muống nấu tôm tươiTráng miệng: Táo mỹBéo phì: Đậu cove luộcSuy dinh dưỡng: bánh flan Ánh hồng | Cháo gà ác đậu xanhSữa Dairysure | Nước thơm |  |
| Thứ 5**(25/5)** | Bánh bông lan chà bôngSữa Dairysure | Cơm trắngMặn: Trứng cuộn phomai Canh: tần ô nấu cá thác látTráng miệng: Nho mỹBéo phì: cải nhún luộcSuy dinh dưỡng: Bánh Nabati | Bún cá rô đồngSữa Dairysure | Nước đậu đỏ |  |

 **Cấp dưỡng nấu chính: Phan Thị Hải Người duyệt thực đơn: Nguyễn Thị Oanh**