|  |
| --- |
| **UBND QUẬN HÀ ĐÔNG**  **TRƯỜNG MN HOA SEN** |

**THỰC ĐƠN CỦA TRẺ MÙA HÈ**

**Tuần 1+3**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Bữa phụ sáng** | **Bữa trưa chính**  Nhà trẻ: Từ 10h15’đến 11h15’  Mẫu giáo: Từ 10h30’ đến 11h40’ | **Bữa phụ chiều** | | |
| **Nhà trẻ** | | **Mẫu giáo** |
| Từ 7h45’ đến 8h00’ | Từ 13h45’đến 14h15’ | Từ 15h15’ đến 16h15’ | Từ 14h00’ đến 14h40’ |
| **Thứ 2** | Sữa bột nutifood | - Cơm trắng  - Thịt gà ta rang gừng  - Canh rau ngót nấu thịt nạc vai  - Tráng miệng: Sữa chua Ba Vì | Sữa bột anfami IQ-Grow | - Cháo thịt bò nạc vai, gạo nếp, đậu xanh, hạt sen, cà rốt | - Cháo thịt bò nạc vai, gạo nếp, đậu xanh, hạt sen, cà rốt  - Sữa bột Anfami IQ-Grow |
| **Thứ 3** | Sữa bột anfami IQ-Grow | - Cơm trắng  - Cá ba sa tươi sốt cà chua  - Canh rau dền nấu cua đồng  - Tráng miệng: Chuối chín | Sữa bột nutifood | ­- Mỳ chũ xương gà hầm nấu thịt lợn nạc vai, cà chua, hành mùi | - Mỳ chũ xương gà hầm nấu thịt lợn nạc vai, cà chua, hành mùi  - Sữa bột nutifood |
| **Thứ 4** | Sữa bột nutifood | - Cơm trắng  - Thịt bò sào khoai tây, cà rốt  - Canh mồng tơi nấu thịt lợn nạc vai  - Tráng miệng dưa hấu | Váng sữa Pappai | - Cơm trắng  - Canh bí xanh nấu thịt lợn nạc vai  - Thịt vịt rim gừng | - Bún thịt vịt  - Váng sữa Pappai |
| **Thứ 5** | Sữa bột anfami IQ-Grow | - Cơm trắng  - Thịt lợn nạc vai trứng cút kho tầu  - Canh bí đỏ nấu thịt lợn nạc vai  - Tráng miệng: Sữa chua Ba vì | Sữa bột nutifood | - Cháo chim bồ câu hầm hạt sen, gạo nếp, đậu xanh | - Cháo chim bồ câu hầm hạt sen, gạo nếp, đậu xanh  - Sữa bột nutifood |
| **Thứ 6** | Sữa bột nutifood | - Cơm trắng  - Thịt lợn nạc vai, đậu phụ sốt cà chua  - Canh rau cải ngọt thịt nạc vai  - Bầu sào tỏi  - Tráng miệng: Thanh long ruột đỏ | Váng sữa Pappai | - Cơm trắng  - Canh rau cải ngọt nấu thịt lợn  - Thịt lợn rang | - Súp thịt gà, ngô ngọt, nấm hương tươi, trứng gà  - Váng sữa Pappai |
| **Thứ 7** | Sữa bột nutifood | - Cơm trắng  - Thịt lợn nạc vai sốt cà chua  - Canh bầu nấu thịt gà ta  - Tráng miệng đu đủ | Sữa bột nutifood | - Mỳ chũ xương hầm nấu thịt lợn nạc vai, cà chua, hành mùi | - Mỳ chũ xương hầm nấu thịt lợn nạc vai, cà chua, hành mùi  - Sữa bột nutifood |

**THỰC ĐƠN CỦA TRẺ MÙA HÈ**

**Tuần 2+4**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Bữa phụ sáng** | **Bữa trưa chính**  Nhà trẻ: Từ 10h15’đến 11h15’  Mẫu giáo: Từ 10h30’ đến 11h40’ | **Bữa phụ chiều** | | |
| **Nhà trẻ** | | **Mẫu giáo** |
| Từ 7h45’ đến 8h00’ | Từ 13h45’đến 14h15’ | Từ 15h15’ đến 16h15’ | Từ 14h00’ đến 14h40’ |
| **Thứ 2** | Sữa bột nutifood | - Cơm trắng  - Thịt lợn nạc vai, tôm nõn rim nước mắm  - Canh bầu nấu tôm nõn tươi  - Tráng miệng: Nước cam | Váng sữa Pappai | - Cơm trắng  - canh rau cải nấu thịt lợn nạc vai  - thịt lợn nạc vai sốt cà chua | - Mỳ chũ hầm xương ống lợn, nấu thịt bò nạc vai, hành mùi  - Váng sữa Pappai |
| **Thứ 3** | Sữa bột Afami IQ-Grow | - Cơm trắng  - Cá quả sốt cà chua  - Canh chua nấu thịt lợn nạc vai, rau giá, cà chua, hành mùi  - Tráng miệng: Chuối chín | Sữa bột nutifood | ­- Bún thịt gà ta | - Bún thịt gà ta  - Sữa bột nutifood |
| **Thứ 4** | Sữa bột nutifood | - Cơm trắng  - Trứng gà đỏ đúc thịt lợn nạc vai  - Canh rau mồng tơi nấu thịt lợn nạc vai  - Khoai tây, cà rốt sào hành  - Tráng miệng: Dưa hấu | Váng sữa Pappai | - Cháo chim bồ câu hầm hạt sen, gạo nếp, đậu xanh | - Cháo chim bồ câu hầm hạt sen, gạo nếp, đậu xanh  - Váng sữa Pappai |
| **Thứ 5** | Sữa bột Anfami IQ-Grow | - Cơm trắng  - Thịt ngan rang gừng  - Canh khoai tây cà rốt nấu xương thịt ngan  - Tráng miệng: Sữa chua Ba vì | Sữa bột nutifood | - Cơm trắng  - Canh bí nấu thịt ngan  - Thịt lợn rim nước mắm | - Mỳ chũ hầm xương ống lợn, nấu thịt bò nạc vai, hành mùi  - Sữa bột nutifood |
| **Thứ 6** | Sữa bột nutifood | - Cơm trắng  - Cá ba sa tươi sốt cà chua  - Canh rau cải nấu thịt lợn  - Bí đỏ sào tỏi  - Tráng miệng: Chuối chín | Sữa bột Afami IQ-Grow | - Bánh ga tô không kem | - Bánh ga tô không kem  - Váng sữa Pappai |
| **Thứ 7** | Sữa bột nutifood | - Cơm trắng  - Thịt vịt rang gừng  - Canh bí đao nấu xương thịt vịt  - Tráng miệng: Đu đủ | Sữa bột nutifood | - Cháo cá quả, gạo nếp, đậu xanh, cà rốt | - Cháo cá quả, gạo nếp, đậu xanh, cà rốt  - Sữa bột nutifood |