UBND QUẬN SƠN TRÀ

**TRƯỜNG MẦM NON VÀNH KHUYÊN**

**THỰC ĐƠN TUẦN I THÁNG 12/2024**

(Từ ngày 02/12/2024 đến ngày 07/12/2024)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Thứ**      **Ngày** |  | | |
| **Mẫu giáo** | | | **Nhà trẻ** | | | |
| **Sáng** | **Bữa**  **chính trưa** | **Bữa**  **phụ chiều** | **Sáng** | **Bữa**  **chính trưa** | **Bữa phụ** | **Bữa**  **chính chiếu** |
| **Hai** | - Cháo thịt bò, Gấc bò cười  - Phụ sáng: Thanh long | - Cơm  - Canh: Rau muống nấu nghêu  - Mặn: Thịt ba chỉ kho trứng cút  - Luộc: Bầu chấm muối mè | - **Bánh bèo tôm thịt**  - Sữa bột | - Cháo Thịt bò, Gấc bò cười  - Phụ sáng: Thanh long | - Cơm  - Canh: Rau muống nấu nghêu  **- Mặn: Tôm kho thịt** | Sữa bột | **- Miến tôm, thịt** |
| **Ba** | - Súp trứng thịt củ quả  - Phụ sáng: Rau câu thạch dừa | - Cơm  - Canh: Rau ngót nấu tôm  - Cá hồi sốt cam | **Miến tôm, thịt**  **- Sữa bột** | - Súp trứng thịt củ quả.  - Phụ sáng: Rau câu thạch dừa | - Cơm  - Canh: Rau ngót nấu tôm  - Cá hồi sốt cam | Sữa bột | **Cháo tôm rau cải** |
| **Tư** | - Bún chả bò  - Phụ sáng: Nước cam | - Cơm  - Canh: Bí đao nấu tôm  -Mặn: **Thịt heo kho tàu**  - Xào: Rau mồng tơi xào tỏi | - Súp gà, trứng, tóc tiên  - Sữa bột | - Bún chả bò băm  - Phụ trưa: Nước cam | Cơm  - Canh: Bí đao nấu tôm  - Mặn: **Thịt kho trứng cút** | Sữa bột | Súp gà, trứng, tóc tiên |
| **Năm** | - Mì quảng trứng, thịt  - Phụ sáng: Sữa chua | - Cơm  - Canh: Rau lang nấu nghêu  - Mặn: Cá thu sốt cà | - **Nui gà nấm rơm**  **- Sữa bột** | - Mì quảng Trứng thịt  - Phụ sáng: Sữa chua | - Cơm  - Canh: Rau lang nấu nghêu  - Mặn: Cá thu sốt cà | Sữa bột | **Bánh canh tôm thịt** |
| **Sáu** | - Phở bò, hành tây  - Phụ sáng: Chuối tiêu | - Cơm  - Canh: **Canh chua giá nấu nghêu**  - Mặn: Tôm viên chiên xù  - Luộc: Đậu cove, súp lơ luộc chấm xì dầu | Cháo sườn, môn tím, bò cười  - Sữa bột | - Phở bò, hành tây  - Phụ sáng: Chuối tiêu | - Cơm  - Canh: **Bầu nấu nghêu**  - Mặn: Tôm rim mặn | Sữa bột | - Cháo sườn, môn tím, bò cười |
| **Bảy** | - Bánh canh thịt, nấm rơm chả  - Phụ sáng: Kem Plan | - Cơm  - Canh: Rau cải nấu tôm  - Mặn: Gà kho nấm, cà rốt | **- Bánh gói**  **- Sữa bột** | - Bánh canh thịt, nấm rơm chả  - Phụ sáng: Kem plan | - Cơm  - Canh: Rau cải nấu tôm  - Mặn: Gà kho nấm, cà rốt | Sữa bột | **Nui tôm** |

**Người xây dựng thực đơn Duyệt thực đơn**

UBND QUẬN SƠN TRÀ

**TRƯỜNG MẦM NON VÀNH KHUYÊN**

**THỰC ĐƠN TUẦN II THÁNG 12/2024**

(Từ ngày 09/12/2024 đến ngày 14/12/2024)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ**    **Ngày** | **MẪU GIÁO** | | | **NHÀ TRẺ** | | | |
| **Sáng** | **Bữa**  **chính trưa** | **Bữa**  **phụ chiều** | **Sáng** | **Bữa**  **chính trưa** | **Bữa phụ** | **Bữa**  **chính chiếu** |
| **Hai** | - Cháo Thịt bò, hạt sen, bò cười, khoai mỡ tím  - Phụ sáng: Sữa Rubi | - Cơm  - Canh: Rau mồng tơi nấu nghêu  - Mặn: Thịt bò rim sườn cà rốt khoai tây | **- Bánh đa tôm, xương heo**  **- Sữa bột** | - Cháo Thịt bò, hạt sen, bò cười, khoai mỡ tím  - Phụ sáng: Sữa Rubi | - Cơm  - Canh: Rau mồng tơi nấu nghêu  - Mặn: Thịt bò rim sườn cà rốt khoai tây | Sữa bột | **Bánh canh tôm, nấm rơm** |
| **Ba** | - Bún chả bò  - Phụ sáng: Chuối | - Cơm  - Canh: Rau ngót nấu thịt  - Mặn: Lươn um nghệ nén | - **Mì xào hải sản**  **- Sữa bột** | - Bún chả bò  - Phụ sáng: Chuối | - Cơm  - Canh: Rau ngót nấu thịt  - Mặn: Lươn um nghệ nén | Sữa bột | **- Súp hải sản**  **- Sữa bột** |
| **Tư** | - Súp thịt chả, nấm rơm  Cà rốt  - Phụ sáng: Sữa chua | **- Bún mọc** | - Cháo Ếch, Bí đỏ  - Sữa bột | - Súp thịt chả, nấm rơm  Cà rốt | **- Cơm**  **- Canh: Bí đao thịt viên**  **- Mặn: Tôm kho mặn**  - Phụ trưa: Sữa chua | Sữa bột | - Cháo Ếch bí đỏ |
| **Năm** | **- Phở bò, hành tây**  - Phụ sáng: Táo tàu | - Cơm  - Canh: Sườn bò nấu khoai sọ, cà rốt, củ cải  - Mặn: Cá hồi sốt chanh dây | - **Nui Gà**  - Sữa bột | - **Miến thịt băm**  - Phụ sáng: Táo tàu | - Cơm  - Canh: Sườn bò nấu khoai sọ, cà rốt, củ cải  - Mặn: Cá hồi sốt chanh dây | Sữa bột | - **Phở gà** |
| **Sáu** | **- Bánh canh, chả, thịt bò nấm rơm**  - Phụ sáng: Thanh long | - Cơm  - Canh: Tôm viên rong biển hàn quốc  - Mặn: Cá basa kho nghệ nén - - Luộc: Bầu luộc chấm xì dầu | - Bánh mì lagu  - Sữa bột | - **Súp thịt bò, nấm rơm**  - Phụ sáng: Thanh long | - Cơm  - Canh: **Rông biển nấu tôm**  - Mặn: Cá basa sốt cà | Sữa bột | - **Nui tôm thịt** |
| **Bảy** | - Mì quảng trứng, thịt heo  Phụ sáng: Dưa hấu | - Cơm gà xé  - Canh: Bí đao nấu xương  - Mặn: Gà trộn hành tây, xì dầu | - **Bánh canh tôm nấm rơm**  **- Sữa bột** | - Mì quảng trứng, thịt heo  - Phụ sáng: Dưa hấu | - Cơm  - Canh: Bí đao nấu xương  - Mặn: Gà nấm cà rốt | Sữa bột | **Cháo tôm Súp lơ xanh** |

**Người xây dựng thực đơn Duyệt thực đơn**

UBND QUẬN SƠN TRÀ

**TRƯỜNG MẦM NON VÀNH KHUYÊN**

**THỰC ĐƠN TUẦN III THÁNG 12/2024**

(Từ ngày 16/12/2024 đến ngày 21/12/2024)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ**    **Ngày** | **MẪU GIÁO** | | | **NHÀ TRẺ** | | | |
| **Sáng** | **Bữa**  **chính trưa** | **Bữa**  **phụ chiều** | **Sáng** | **Bữa**  **chính trưa** | **Bữa phụ** | **Bữa**  **chính chiếu** |
| **Hai** | - Cháo đậu xanh, thịt bò, cà rốt, khoai tây  - Phụ sáng: Nước cam | - Cơm  - Canh: Bí đao nấu xương  - Mặn**: Trứng cuộn chả quết hấp**  - Xào: Cải bó xôi xào tỏi | **- Miến tôm, nấm rơm**  **- Sữa bột** | - Cháo Thịt bò, hạt sen, bò cười, khoai mỡ tím  - Phụ sáng: Nước cam | - Cơm  - Canh: Bí đao nấu xương  - Mặn: **Trứng trộn thịt bò băm** | Sữa bột | **- Bánh canh tôm, nấm rơm** |
| **Ba** | **- Bánh canh thịt bò, nấm rơm**  - Phụ sáng: Kem plan | - Cơm  - Canh: Rau muống nấu tôm  - Mặn: Mực xào thơm cà | - Súp thanh cua củ quả | **- Nui thịt nấm rơm**  - Phụ sáng: Kem plan | - Cơm  - Canh: Rau muống nấu tôm  - Mặn: Mực xào thơm cà | Sữa bột | Súp thanh cua củ quả |
| **Tư** | **- Phở thịt bò, hành tây**  - Phụ sáng: Chuối | - Bánh mì bò kho | - Cháo gà hạt sen, đậu xanh, súp lơ  - Sữa bột | **Miến thịt băm** | - Cơm  - Canh: Củ quả nấu xương  - Mặn: Tôm rim mặn | Sữa bột | - Cháo gà hạt sen, đậu xanh, súp lơ |
| **Năm** | - Bún chả bò  - Phụ sáng: Dưa lưới | - Cơm  - Canh: Khoai mỡ tím nấu xương  - Mặn: Cá khế sốt cà | **Hũ tiếu nam vang tôm thịt**  **- Sữa bột** | - Bún bò băm  - Phụ sáng: Dưa lưới | - Cơm  - Canh: Khoai mỡ tím nấu xương  - Mặn: Cá khế sốt cà | Sữa bột | **Súp tôm, bí đao** |
| **Sáu** | - Cháo thịt bò bí  đỏ  - Phụ sáng: Rau câu thạch dừa | - Cơm  - Canh: Rau lang nấu tôm  - Mặn: **Thịt ba chỉ kho củ cải trắng**  **-** Luộc: Cà rốt chấm xì dầu | - **Bún mọc** | Cháo thịt bò bí đỏ | - Cơm  - Canh: Rau lang nấu tôm  - **Mặn: Thịt ba chỉ kho trứng cút**  - Phụ sáng: Rau câu thạch dừa | Sữa bột | **Miến thịt băm** |
| **Bảy** | - Mì quảng trứng, thịt heo  - Phụ sáng: Sữa Rubi | - Cơm  - Canh: Bầu nấu nghêu  - Mặn: Đậu khuồn nhồi thịt | - **Bánh canh tôm nấm rơm**  **- Sữa bột** | - Mì quảng trứng, thịt heo  - Phụ sáng: Sữa Rubi | - Cơm  - Canh: Bầu nấu nghêu  - Mặn: Đậu khuôn kho thịt | Sữa bột | **Cháo tôm Súp lơ xanh** |

**Người xây dựng thực đơn Duyệt thực đơn**

UBND QUẬN SƠN TRÀ

**TRƯỜNG MẦM NON VÀNH KHUYÊN**

**THỰC ĐƠN TUẦN IV THÁNG 12/2024**

(Từ ngày 23/12/2024 đến ngày 28/12/2024)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ**    **Ngày** | **MẪU GIÁO** | | | **NHÀ TRẺ** | | | |
| **Sáng** | **Bữa**  **chính trưa** | **Bữa**  **phụ chiều** | **Sáng** | **Bữa**  **chính trưa** | **Bữa phụ** | **Bữa**  **chính chiếu** |
| **Hai** | - Cháo thịt bò, Đậu Hà Lan, bò cười  - Phụ sáng: Sữa chua | - Cơm  - Canh: Rau thập cẩm nấu cua đồng  - Mặn: Sườn non rim mè | **- Bánh bèo tôm thịt**  **- Sữa bột** | - Cháo thịt bò, Đậu Hà Lan, bò cười  - Phụ sáng: Sữa chua | - Cơm  - Canh: Rau thập cẩm nấu cua đồng  - Mặn: Sườn non rim mè | Sữa bột | **- Miến tôm** |
| **Ba** | **-** Bún chả, bò, hành tây  - Phụ sáng: Táo tàu | - Cơm  **- Canh: Bí đao nấu xương**  - Mặn: Thịt bò hấp trứng thịt, lá hẹ.  - Xào: Đậu cove xào tôm | - Súp Lươn, cà rốt, khoai tây  - Sữa bột | - Bún chả, thịt bò, hành tây  - Phụ sáng: Táo tàu | - Cơm  - **Canh: Bí đao nấu tôm**  - Mặn: Thịt bò hấp trứng thịt, lá hẹ. | Sữa bột | - Súp Lươn, Súp lươn cà rốt khoai tây |
| **Tư** | - **Bánh canh thịt, nấm rơm**  - Phụ sáng: Chuối tiêu | - Cơm  **- Canh: Canh chua dưa, giá cá thu**  **- Mặn: Tôm rim mặn**  **- Luộc: Bầu, cà rốt luộc chấm muối mè** | - Cháo hải sản (ngao mực) rau cải - Sữa bột | - **Súp thịt, nấm rơm**  - Phụ sáng: Chuối tiêu | - Cơm  **- Canh: Rau cải nấu tôm**  **- Mặn: Cá thu sốt cà** | Sữa bột | - Cháo hải sản (ngao mực) rau cải |
| **Năm** | - Phở bò  - Phụ sáng: Thanh long | - Cơm  - Canh: Rau muống nấu nghêu  - Mặn: Cá bớp kho nghệ | **- Mì ý**  **- Sữa bột** | - Phở bò  - Phụ sáng: Thanh long | - Cơm  - Canh: Rau muống nấu nghêu  - Mặn: Cá bớp kho nghệ | Sữa bột | **Nui tôm thịt** |
| **Sáu** | **- Mì quảng trứng thịt heo**  **-** Phụ sáng: Sữa Rubi | - Cơm  - Canh: Rau mồng tơi, mướp nấu tôm  - Mặn: Thịt viên sốt cà | - Cháo bồ câu, yến mạch, súp lơ xanh  - Sữa bột | **- Súp trứng thịt củ quả**  **-** Phụ sáng: Sữa Rubi | - Cơm  - Canh: Rau mồng tơi, mướp nấu tôm  - Mặn: Thịt viên sốt cà | Sữa bột | - Cháo bồ câu, yến mạch, Súp lơ xanh |

**Người xây dựng thực đơn Duyệt thực đơn**