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 heoPhụ 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**