

**THỰC ĐƠN TUẦN 20**  
Từ ngày 06/01/2025 đến ngày 10/01/2025

THỨ	BỮA SÁNG	SAU HDNT	BỮA TRƯA	BỮA XÉ	BỮA XÉ CHIỀU
Thứ 2 06/01/2025	Bánh mì - xíu mại thịt heo sốt cà chua, hành tây, nấm mèo, ngò rí	Sữa Net sure	Cơm trắng <b>Mặn:</b> Cá tai tượng chiên sốt chanh dây <b>Canh:</b> Củ sắn, bắp mỹ nấu thịt bò, ngò rí <b>Món Luộc:</b> Rau dền cơm	Nước cam	Cháo lươn, đậu xanh, khoai môn, rau mồng tơi, nấm linh chi
Thứ 3 07/01/2025	Nui trắng nấu tôm tươi, cà rốt, cải bó xôi, su su, nấm đùi gà, hành ngò	Sữa Net sure	Cơm trắng <b>Mặn:</b> Mực xào ớt chuông vàng – xanh, bông cải trắng, hành tây <b>Canh:</b> Bí xanh nấu thịt gà, nấm kim châm <b>Món Luộc:</b> Cải thảo	Bánh flan	Bún nấu cá basa, cà chua, thơm, đậu bắp, rau muống, ngò gai, rau om
Thứ 4 08/01/2025	Bún gạo nấu thịt bò, bí đỏ, rau xà lách, củ cải	Sữa Net sure	Cơm trắng <b>Mặn:</b> Thịt heo kho trứng cút, nước dừa <b>Canh:</b> Rau đay, mướp nấu cua đồng, nấm rom <b>Món luộc:</b> Su su	Pudding trứng sữa	Súp thịt gà, bột năng, bí ngòi, bắp mỹ, su hào, nấm bào ngư, trứng gà, ngò rí
Thứ 5 09/01/2025	Miến nấu thịt bò, măng tây, củ cải, rau răm, cải dúng, hành phi	Sữa Net sure	Cơm trắng <b>Mặn:</b> Đùi ếch xào sả nghệ <b>Canh:</b> Bí đỏ, đậu phộng nấu tôm khô <b>Món luộc:</b> Đậu đũa	Sữa chua	Phở nấu thịt heo, bông cải xanh, cà rốt, cải caron, rau quế
Thứ 6 10/01/2025	Hủ tiếu nấu thịt gà, bí ngòi, đu đủ, cải thìa, hẹ lá	Sữa Net sure	Cơm trắng <b>Mặn:</b> Cá thu sốt thơm, hành baro <b>Canh:</b> Khoai mỡ nấu thịt heo, nấm bào ngư <b>Món luộc:</b> Rau muống	Chuối cau	Uống sữa Vinamilk

**NHU CẦU NĂNG LƯỢNG CẦN CHO TRẺ NHÀ TRẺ TRONG MỘT NGÀY: 930-1000  
KCAL (Nhu cầu khuyến nghị tại trường của một trẻ trong một ngày chiếm 70-80% nhu cầu cả  
ngày: 651 - 800 Kcal)**

**\*Tại trường đã cung cấp 77.99% chiếm 725.28**

- + Bữa ăn sáng: 17% chiếm 158.09Kcal
- + Bữa ăn trưa: 30% chiếm 278.99 Kcal
- + Bữa ăn phụ (xé): 7% chiếm 65.10Kcal
- + Bữa ăn xế chiều: 23.99% chiếm 223.10Kcal

**\* Cha mẹ bổ sung thêm cho trẻ tại nhà: 22.01% chiếm 204.72kcal**

**NHU CẦU NĂNG LƯỢNG CẦN CHO TRẺ MẪU GIÁO TRONG MỘT NGÀY: 1230 - 1320  
KCAL (Nhu cầu khuyến nghị tại trường của một trẻ trong một ngày chiếm 60-70% nhu cầu cả  
ngày: 738–924 Kcal)**

**\*Tại trường đã cung cấp 66.26% chiếm 814.99 kcal**

+ Bữa ăn sáng: 16% chiếm 196.80 Kcal

+ Bữa ăn trưa: 30% chiếm 368.10Kcal

+ Bữa ăn phụ (xế): 5% chiếm 61.50Kcal

+ Bữa ăn xế chiều: 15.26% chiếm 187.70Kcal

**\* Cha mẹ bổ sung thêm cho trẻ tại nhà: 33.74% chiếm 415.01kcal**

**BGH (DUYỆT)**

**Nguyễn Thị Huỳnh Lê**

**CẤP DƯỠNG**



**Nguyễn Thị Mỹ**