

THỰC ĐƠN TUẦN 21

Từ Ngày 13/01/2025 đến ngày 17/01/ 2025

THỨ	BỮA SÁNG	SAU HỌNT	BỮA TRƯA	BỮA XÉ	BỮA XÉ CHIỀU
Thứ 2 13/01/2025	Phở sườn heo, bắp mỹ, nấm kim châm, giá, hẹ, su su, cải caro	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Cánh gà chiên me, tỏi Canh: Bông cải trắng, bông cải xanh nấu thịt bò, nấm đùi gà Món luộc: Bắp cải tím	Chuối tiêu	Bún cua biển nấu hành tây, khoai tây, cải thìa, ngò gai, lá quế
Thứ 3 14/01/2025	Miến thịt heo nấu nấm linh chi, cà rốt, mồng tơi	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Cá diêu hồng chiên nước mắm Canh: Cua đồng nấu rau ngót, mướp Món luộc: Giá	Bánh Flan	Nui sò nấu thịt bò, bông cải xanh, nấm bào ngư, củ cải, Cải thảo, hành phi
Thứ 4 15/01/2025	Bánh ướt tôm tươi, nấm mèo, giá, hẹ, sà lách	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Thịt ba chỉ chiên sả Canh: Cải ngồng nấu hến, nấm rom Món luộc: Bí ngòi	Nước chanh	Súp cá hồi, nấm tuyết, khoai lang, su su, bí đỏ, bột năng, trứng gà, hành, ngò
Thứ 5 16/01/2025	Hủ tiếu cá diêu hồng, củ cải, bí đỏ, thì là, hành tây, cải ngọt	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Thịt bò xào nấm kim châm, cà chua, thơm, cần tây Canh: Khoai lang nấu thịt heo Món Luộc: Cải dúng	Sữa chua	Mì trứng nấu tôm khô, măng tây, bí ngòi, cải ngồng
Thứ 6 17/01/2025	Lagu thịt gà+ bánh mì (khoai tây, khoai lang, đậu hà lan hạt, cốt dừa, hạt cà ri)	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Cá cam kho tộ Canh: Tôm khô nấu su hào, bắp mỹ Món luộc: Rau lang	Pudding Trứng sữa	Cháo bồ câu nấu đậu xanh, cà rốt, khoai môn, cải dúng, hành baro, hành phi

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 79.31% chiếm 737.62**

+ Bữa ăn sáng: 18% chiếm 167.41Kcal

+ Bữa ăn trưa: 30% chiếm 279.01 Kcal

+ Bữa ăn phụ (xé): 7% chiếm 65.10Kcal

+ Bữa ăn xế chiều: 24.31% chiếm 226.1Kcal

*** Cha mẹ bổ sung thêm cho trẻ tại nhà: 20.69% chiếm 192.38kcal**

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 67.71% chiếm 832.78 kcal**

+ Bữa ăn sáng: 16% chiếm 196.79 Kcal

+ Bữa ăn trưa: 30% chiếm 368.98Kcal

+ Bữa ăn phụ (xé): 5% chiếm 61.49Kcal

+ Bữa ăn xế chiều: 16.71% chiếm 205.52Kcal

*** Cha mẹ bổ sung thêm cho trẻ tại nhà: 32.29% chiếm 397.22kcal**

BGH (DUYỆT)

Nguyễn Thị Huỳnh Lê

CẤP DƯỠNG



Nguyễn Thị Mỹ