

THỰC ĐƠN TUẦN 22
Từ ngày 20/01/2025 đến ngày 24/01/2025

THỨ	BỮA SÁNG	SAU HĐNT	BỮA TRƯA	BỮA XÉ	BỮA XÉ CHIỀU
Thứ 2 20/01/2025	Hủ tiếu mực, cà rốt, bông cải xanh, củ sắn, rau tần ô, hành, ngò rí	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: lươn kho sả nghệ Canh: bắp mỳ, hạt sen, củ dền nấu thịt gà Món Luộc: cải caron	Quýt đường	Cháo thịt heo, bí đỏ, đậu hà lan, nấm bào ngư, rau mồng tơi
Thứ 3 21/01/2025	Mì trứng nấu tôm tươi, nấm kim châm, củ cải, bầu, cải dúng	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: cá ngừ chiên nước mắm Canh: chua thơm, đậu bắp, bạc hà, rau om, me nấu nghêu Món Luộc: đậu que	Bánh flan	Phở thịt bò, susu, bí ngòi, giá, ngò gai, húng quế, rau xà lách xoăn
Thứ 4 22/01/2025	Súp óc heo, bắp mỳ, khoai tây, nấm bào ngư, trứng gà, bột năng, ngò rí, hành phi	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: thịt gà xào lá giang Canh: cải xoong nấu tôm tươi, nấm kim châm Món luộc: Cải thìa	Nước tắc	Bún cá thu nấu cà chua, thơm, rau muống, ngò gai, củ cải, nấm rom
Thứ 5 23/01/2025	Miến thịt gà nấu nấm rom, bí đỏ, cải ngồng	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: trứng vịt chiên thịt heo sốt cà chua Canh: Hẹ lá nấu đậu hũ non, giá, thịt bò, cải bó xôi Món luộc: su hào	Sữa chua	Súp tôm tươi, nấm tuyết, cà rốt, khoai lang, bột năng, trứng gà, ngò rí
Thứ 6 24/01/2025	Bánh mì sandwich kẹp trứng gà, mayonnaise, tương cà	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: cá hú kho nước dừa Canh: Củ từ nấu tôm khô, nấm linh chi Món luộc: cải ngồng	Bánh pudding	Nui rau củ nấu thịt gà, susu, nấm đùi gà, mướp hương, cải bó xôi

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 78.2% chiếm 727.3**

+ Bữa ăn sáng: 17% chiếm 158.11Kcal

+ Bữa ăn trưa: 30% chiếm 279.02Kcal

+ Bữa ăn phụ (xé): 7% chiếm 65.10Kcal

+ Bữa ăn xế chiều: 23.2% chiếm 215.77Kcal

*** Cha mẹ bổ sung thêm cho trẻ tại nhà: 21.8% chiếm 202.7kcal**

**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 67.44% chiếm 829.56 kcal**

+ Bữa ăn sáng: 16% chiếm 196.81Kcal

+ Bữa ăn trưa: 30% chiếm 369.02Kcal

+ Bữa ăn phụ (xế): 5% chiếm 61.5Kcal

+ Bữa ăn xế chiều: 16.44% chiếm 202.22Kcal

*** Cha mẹ bổ sung thêm cho trẻ tại nhà: 32.56% chiếm 400.44kcal**

BGH (DUYỆT)

Nguyễn Thị Huỳnh Lê

CẤP DƯỠNG



Nguyễn Thị Mỹ