

THỰC ĐƠN TUẦN 28
Từ ngày 10/03/2025 đến ngày 14/03/2025

THỨ	BỮA SÁNG	SAU HDNT	BỮA TRƯA	BỮA XÉ	BỮA XÉ CHIỀU
Thứ 2 10/03/2025	Miến nấu cua đồng, cà chua, bông cải trắng, mướp, rau đay	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: thịt ba chỉ kho quẹt Canh: Củ từ nấu tôm tươi, rau quế Món Luộc: Đậu bắp	Thanh long	Cháo thịt bò, bí đỏ, khoai tây, khoai lang, rau mồng tơi
Thứ 3 11/03/2025	Súp thịt heo, nấm đông cô tươi, trứng gà, bột năng, bí đỏ, su su, ngò rí, hành phi	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Cá basa kho nước dừa Canh: Mồng tơi nấu cua đồng, mướp Món Luộc: Bông cải xanh	Bánh plan	Bún gạo nấu tôm tươi, bí ngòi, củ sắn, nấm đùi gà, cải thảo, hành, ngò
Thứ 4 12/03/2025	Bún thịt gà nấu đậu hà lan, khoai tây, bắp mỹ, cải caron, ngò rí	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Tôm tươi xào dưa leo, hành tây, thom, hành, ngò Canh: Cải bó xôi nấu thịt bò, nấm kim châm Món luộc: Cải ngồng	Nước cam	Phở nấu thịt heo, cải dúng, cà rốt, bí xanh, nấm rom, húng quế
Thứ 5 13/03/2025	Mì trứng nấu tôm tươi, đu đủ hương, bí ngòi, giá, hành ngò	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Cá cam sốt cà chua, hành lá, ngò rí Canh: Củ dền, nấm đùi gà nấu thịt heo Món luộc: Cải thìa	Sữa chua	Nui rau củ nấu thịt gà, su su, bắp mỹ, nấm bào ngư, xà lách xoong
Thứ 6 14/03/2025	Cà ri bánh mỳ-thịt bò (Khoai môn, hành tây, khoai lang, sữa tươi, hạt màu điều, ngò gai)	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Thịt gà chiên sả, nghệ Canh: Đu đủ hương nấu tôm khô, nấm rom, hành lá, ngò rí Món luộc: Bí xanh	Pudding trứng sữa	Hủ tiếu nấu mực, tần ô, củ cải, nấm linh chi, bông cải xanh

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 78.63% chiếm 731.25**

+ Bữa ăn sáng: 18% chiếm 167.4Kcal

+ Bữa ăn trưa: 30% chiếm 279Kcal

+ Bữa ăn phụ (xé): 8% chiếm 74.4Kcal

+ Bữa ăn xế chiều: 22.63% chiếm 210.45Kcal

*** Cha mẹ bổ sung thêm cho trẻ tại nhà: 21.37% chiếm 198.75kcal**

**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 66.31% chiếm 815.6kcal**

+ Bữa ăn sáng: 16% chiếm 196.8Kcal

+ Bữa ăn trưa: 30% chiếm 368.99Kcal

+ Bữa ăn phụ (xế): 5% chiếm 61.5Kcal

+ Bữa ăn xế chiều: 15.31% chiếm 188.31Kcal

*** Cha mẹ bổ sung thêm cho trẻ tại nhà: 33.69% chiếm 414.4kcal**

BGH (DUYỆT)

Nguyễn Thị Huỳnh Lê

CẤP DƯỠNG



Nguyễn Thị Mỹ