

THỰC ĐƠN TUẦN 30
Từ ngày 24/03/2025 đến ngày 28/03/2025

THỨ	BỮA SÁNG	SAU HĐNT	BỮA TRƯA	BỮA XÉ	BỮA XÉ CHIỀU
Thứ 2 24/03/2025	Hủ tiếu nấu thịt bò, cà rốt, cải bó xôi, bắp mỹ, ngô gai	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Cá lóc kho tộ, hành baro Canh: Cải thìa nấu thịt heo, nấm kim châm Món Luộc: Đậu cove xanh	Chuối cau	Xôi, lá cẩm, đậu xanh, thịt gà ram, hành lá, hành phi - NT: cháo
Thứ 3 25/03/2025	Cháo óc heo, bí đỏ, khoai tây, rau mồng tơi, nấm đùi gà	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Đậu hủ nhồi thịt heo, nấm mèo sốt cà chua Canh: Khoai mỡ nấu tôm khô, rau quế Món Luộc: Cải bó xôi	Bánh plan	Bún gạo nấu cua biển, hành tây, củ cải, cải xoong nhỏ, hành ngò
Thứ 4 26/03/2025	Mì trứng nấu thịt heo, su su, củ dền, cải caron, hành lá, hẹ	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Cá chẻm rim mắm, tỏi, hành lá Canh: Chua thịt bò nấu cà chua, thơm, giá, bạc hà, rau ôm, me Món luộc: Rau muống	Nước chanh	Phở nấu tôm tươi, su hào, đu đủ hương, nấm đùi gà, tần ô, ngô gai
Thứ 5 27/03/2025	Bún cá diêu hồng, thơm, cà chua, mướp, giá, rau muống, củ cải	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Mực xào ớt chuông đỏ, hành tây, đậu cove, cần tây Canh: khoai lang nấu thịt gà, ngô gai, hành lá, ngô rí Món luộc: Cải xoong	Sữa chua	Cháo thịt heo nấu đậu đỏ, bí ngòi, đậu hà lan, nấm rơm, ngô rí, bông cải xanh
Thứ 6 28/03/2025	Súp thịt gà bí đỏ, bắp mỹ, nấm bào ngư, trứng gà, bột năng, ngô rí	Sữa Net sure	Cơm trắng Mặn: Trứng vịt, tôm tươi cuộn rau củ(cà rốt, bông cải xanh, nấm kim châm) Canh: Rau ngót nấu cua đồng, nấm rơm, mướp Món luộc: Su su	Pudding trứng sữa	Miến nấu thịt bò, củ sắn, khoai tây, măng tây, rau răm, hành phi, cải ngọt

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 78.64% chiếm 731.33**

+ Bữa ăn sáng: 18% chiếm 167.4Kcal

+ Bữa ăn trưa: 30% chiếm 279Kcal

+ Bữa ăn phụ (xé): 7% chiếm 65.09Kcal

+ Bữa ăn xế chiều: 23.64% chiếm 219.84Kcal

*** Cha mẹ bổ sung thêm cho trẻ tại nhà: 21.36% chiếm 198.67kcal**

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 68.58% chiếm 843.5kcal**

+ Bữa ăn sáng: 16% chiếm 196.8Kcal

+ Bữa ăn trưa: 30% chiếm 368.98Kcal

+ Bữa ăn phụ (xế): 6% chiếm 73.8Kcal

+ Bữa ăn xế chiều: 16.58% chiếm 203.92Kcal

*** Cha mẹ bổ sung thêm cho trẻ tại nhà: 31.42% chiếm 386.5kcal**

BGH (DUYỆT)

Nguyễn Thị Huỳnh Lê

CẤP DƯỠNG



Nguyễn Thị Mỹ