**TRƯỜNG MẦM NON ĐÔNG MAI**

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THÁNG 10 NĂM HỌC 2024-2025**

**Mẫu Giáo**

**THỰC ĐƠN MÙA HÈ (Tuần chẵn)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BỮA** | **THỨ 2** | **THỨ 3** | **THỨ 4** | **THỨ 5** | **THỨ 6** |
| **CHÍNH****TRƯA****( 10h30)** | - Cơm.- Trứng chưng thịt lợn.  - Canh rau đay, mùng tơi, mướp (ngao) | - Cơm.- Giò lụa rim cà chua - Canh bí xanh, cà rốt hầm xương | - Cơm.- Thịt sốt đậu cà chua.- Canh khoai tây, cà rốt nấu xương. | - Cơm- Thịt bò sốt vang (rau củ quả)- Rau cải ngọt nấu ngao | - Cơm.- Thịt gà, lợn rang gừng - Muối lạc, vừng- Canh bí đỏ (rau ngót) nấu xương, tôm  |
| **PHỤ****CHIỀU****(14h)** | - Cháo xương (thịt), củ quả. | - Mỳ nấu xương (thịt), rau cải ngọt. | - Chè đỗ đen, bánh mỳ sông khoai | - Mỳ nấu xương (thịt) rau cải ngọt. | - Cháo gà xương, tôm khoai tây |

 **Người xây dựng thực đơn**

 **Nguyễn Thị Thanh Nhân**

**TRƯỜNG MẦM NON ĐÔNG MAI**

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THÁNG 10 NĂM 2024-2025**

**Nhà trẻ**

**THỰC ĐƠN MÙA HÈ Tuần chẵn**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BỮA** | **THỨ 2** | **THỨ 3** | **THỨ 4** | **THỨ 5** | **THỨ 6** |
| **CHÍNH****TRƯA****( 10h)** | - Cơm.- Trứng chưng thịt lợn.- Canh rau đay, mùng tơi, mướp (ngao) | - Cơm.- Giò lụa rim cà chua - Canh bí xanh, cà rốt hầm xương | - Cơm.- Thịt xốt đậu cà chua.- Canh khoai tây, cà rốt nấu xương. | - Cơm - Thịt bò sốt vang- Rau cải ngọt (cải thảo) nấu ngao | - Cơm.- Thịt gà xào củ cải - Muối lạc, vừng- Canh bí đỏ (rau ngót) nấu xương, tôm. |
| **PHỤ** **(13h30)** | Sữa | Sữa | Sữa | Sữa | Sữa |
| **CHÍNH****CHIỀU****(15h)** | - Cháo xương (thịt), củ quả. | - Mỳ nấu xương (thịt), rau cải ngọt. | - Chè đỗ đen, bánh mỳ sông khoai.  | - Mỳ nấu xương (thịt) rau cải ngọt. | - Cháo gà xương khoai tây. |

 **Người xây dựng thực đơn**

 **Nguyễn Thị Thanh Nhân**

**TRƯỜNG MẦM NON ĐÔNG MAI**

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THÁNG 10 NĂM HỌC 2024-2025**

**Mẫu Giáo**

**THỰC ĐƠN MÙA HÈ (Tuần lẻ)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BỮA** | **THỨ 2** | **THỨ 3** | **THỨ 4** | **THỨ 5** | **THỨ 6** |
| **CHÍNH****TRƯA****( 10h30)** | - Cơm.- Thịt lợn, trứng cút kho tầu - Canh bầu nấu tôm (rau mùng tơi, mướp nấu ngao) | - Cơm.- Thịt gà xào củ cải - Canh khoai sọ hầm xương  | - Cơm.- Tôm rim thịt lợn cà chua.- Canh bí xanh, cà rốt hầm xương | - Cơm- Thịt bò sốt vang (rau củ quả)- Rau cải ngọt nấu ngao | - Cơm.- Cá sốt cà chua - Muối lạc, vừng- Canh bí đỏ (rau ngót) nấu xương, tôm  |
| **PHỤ****CHIỀU****(14h)** | - Cháo tôm xương (thịt), củ quả. | - Mỳ nấu xương (thịt), rau cải ngọt. | - Chè đỗ đen, bánh mỳ sông khoai | - Mỳ nấu xương (thịt) rau cải ngọt. | - Cháo gà xương, tôm khoai tây |

 **Người xây dựng thực đơn**

 **Nguyễn Thị Thanh Nhân**

**TRƯỜNG MẦM NON ĐÔNG MAI**

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THÁNG 10 NĂM 2024-2025**

**Nhà trẻ**

**THỰC ĐƠN MÙA HÈ Tuần lẻ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BỮA** | **THỨ 2** | **THỨ 3** | **THỨ 4** | **THỨ 5** | **THỨ 6** |
| **CHÍNH****TRƯA****( 10h)** | - Cơm.- Thịt lợn, trứng cút kho tầu - Canh bầu nấu tôm (rau mùng tơi, mướp nấu ngao) | - Cơm.- Thịt gà xào củ cải - Canh khoai tây, cà rốt nấu xương  | - Cơm.- Tôm rim thịt lợn cà chua..- Canh bí xanh, cà rốt hầm xương. | - Cơm - Thịt bò sốt vang- Rau cải ngọt (cải thảo) nấu ngao | - Cơm.- Cá sốt cà chua - Muối lạc, vừng- Canh bí đỏ (rau ngót) nấu xương, tôm. |
| **PHỤ** **(13h30)** | Sữa | Sữa | Sữa | Sữa | Sữa |
| **CHÍNH****CHIỀU****(15h)** | - Cháo xương, tôm (thịt), củ quả. | - Mỳ nấu xương (thịt), rau cải ngọt. | - Chè đỗ đen, bánh mỳ sông khoai.  | - Mỳ nấu xương (thịt) rau cải ngọt. | - Cháo gà xương khoai tây. |

 **Người xây dựng thực đơn**

 **Nguyễn Thị Thanh Nhân**

**TRƯỜNG MẦM NON ĐÔNG MAI**

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ THÁNG 12 NĂM HỌC 2024-2025**

**Nhà trẻ**

**THỰC ĐƠN MÙA HÈ (Tuần Lẻ)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BỮA** | **THỨ 2** | **THỨ 3** | **THỨ 4** | **THỨ 5** | **THỨ 6** |
| **CHÍNH****TRƯA****( 10h)** | - Cơm.- Thịt trưng cút kho tàu - Canh rau đay mướp, mùng tơi. | - Cơm.- Thịt gà rim.- Canh khoai sọ hầm xương. | - Cơm.- Thịt đậu xốt cà chua.- Su su xào tôm.- Canh bí đỏ hầm xương. | - Cơm- Thịt bò xào su su, cà rốt.- Rau cải ngọt nấu ngao. | - Cơm.- Cá sốt cà chua - Muối lạc, vừng.- Canh bầu nấu tôm. |
| **PHỤ** **(13h30)** | Sữa | Sữa | Sữa | Sữa | Sữa |
| **CHÍNH****CHIỀU****(15h)** | - Cháo xương (thịt), hầm củ quả. | - Mỳ nấu xương (thịt), rau cải ngọt. | - Chè, bánh mỳ sông khoai. | - Bún nấu xương thịt. | - Cháo hầm xương, thịt khoai tây |

 **Người xây dựng thực đơn**

 **Nguyễn Thị Thanh Nhân**

**TRƯỜNG MẦM NON ĐÔNG MAI**

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ NĂM HỌC 2024-2025**

**Mẫu Giáo**

**THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG (Tuần chẵn)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BỮA** | **THỨ 2** | **THỨ 3** | **THỨ 4** | **THỨ 5** | **THỨ 6** |
| **CHÍNH****TRƯA****( 10h30)** | - Cơm.- Trứng chưng thịt lợn. - Canh rau cải thảo nấu ngao (hến) | - Cơm.Thịt gà, lợn rang gừng- Canh bí đỏ hầm xương | - Cơm.- Tôm rim thịt- Canh khoai tây, cà rốt nấu xương. | - Cơm- Thịt bò xào su su, cà rốt- Rau cải ngọt nấu ngao | - Cơm.- Cá sôt cà chua - Muối lạc, vừng- Canh bí xanh (rau ngót) nấu xương, tôm  |
| **PHỤ****CHIỀU****(14h)** | - Cháo xương (thịt), củ quả. | - Mỳ nấu xương (thịt), rau cải ngọt. | - Chè đỗ đen, bánh mỳ sông khoai | - Mỳ nấu xương (thịt) rau cải ngọt. | - Cháo tim cật;(thịt, tôm) khoai tây, cà rôt |

 **Người xây dựng thực đơn**

 **Nguyễn Thị Thanh Nhân**

**TRƯỜNG MẦM NON ĐÔNG MAI**

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ NĂM HỌC 2024-2025**

**Nhà trẻ**

**THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG (Tuần chẵn)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BỮA** | **THỨ 2** | **THỨ 3** | **THỨ 4** | **THỨ 5** | **THỨ 6** |
| **CHÍNH****TRƯA****( 10h)** | - Cơm.- Trứng chưng thịt lợn. - Canh rau cải thảo nấu ngao (hến) | - Cơm.Thịt gà, lợn rang gừng- Canh bí đỏ hầm xương | - Cơm.- Tôm rim thịt- Canh khoai tây, cà rốt nấu xương. | - Cơm- Thịt bò xào su su, cà rốt- Rau cải ngọt nấu ngao | - Cơm.- Cá sôt cà chua - Muối lạc, vừng- Canh bí xanh (rau ngót) nấu xương, tôm  |
| **PHỤ** **(13h30)** | Sữa | Sữa | Sữa | Sữa | Sữa |
| **CHÍNH****CHIỀU****(15h)** | - Cháo xương (thịt), củ quả. | - Mỳ nấu xương (thịt), rau cải ngọt. | - Chè đỗ đen, bánh mỳ sông khoai | - Mỳ nấu xương (thịt) rau cải ngọt. | - Cháo tim cật;(thịt, tôm) khoai tây, cà rôt |

 **Người xây dựng thực đơn**

 **Nguyễn Thị Thanh Nhân**

**TRƯỜNG MẦM NON ĐÔNG MAI**

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ NĂM HỌC 2024-2025**

**Mẫu Giáo**

**THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG Tuần lẻ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BỮA** | **THỨ 2** | **THỨ 3** | **THỨ 4** | **THỨ 5** | **THỨ 6** |
| **CHÍNH****TRƯA****( 10h30)** | - Cơm.- Thịt trưng cút kho tàu - Canh rau cải cúc nấu hến  | - Cơm.- Giò lụa rim cà chua.- Bí xanh, cà rốt) hầm xương  | - Cơm.- Thịt đậu xốt cà chua.- Canh bầu nấu tôm. | - Cơm- Thịt bò sốt vang- Rau cải ngọt rau ngót) nấu ngao. | - Cơm.- Thị gà rang gừng - Muối lạc, vừng.- Canh bí đỏ hầm xương |
| **PHỤ****CHIỀU****(14h)** | - Cháo xương (tim, cật), hầm củ quả. | - Mỳ nấu xương thịt, rau cải ngọt. | - Chè, bánh mỳ sông khoai. | - Bún nấu tôm, xương (thịt) | - Cháo hầm xương, thịt củ quả  |

 **Người xây dựng thực đơn**

 **Nguyễn Thị Thanh Nhân**

**TRƯỜNG MẦM NON ĐÔNG MAI**

**THỰC ĐƠN ĂN BÁN TRÚ NĂM 2024-2025**

**Nhà trẻ**

**THỰC ĐƠN MÙA ĐÔNG: Tuần lẻ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **BỮA** | **THỨ 2** | **THỨ 3** | **THỨ 4** | **THỨ 5** | **THỨ 6** |
| **CHÍNH****TRƯA****( 10h)** | - Cơm.- Thịt trưng cút kho tàu - Canh rau cải cúc nấu hến  | - Cơm.- Giò lụa rim cà chua.- Bí xanh, cà rốt) hầm xương  | - Cơm.- Thịt đậu xốt cà chua.- Canh bầu nấu tôm. | - Cơm- Thịt bò sốt vang- Rau cải ngọt rau ngót) nấu ngao. | - Cơm.- Thị gà rang gừng - Muối lạc, vừng.- Canh bí đỏ hầm xương |
| **PHỤ** **(13h30)** | Sữa | Sữa | Sữa | Sữa | Sữa |
| **CHÍNH****CHIỀU****(15h)** | - Cháo xương (tim, cật), hầm củ quả. | - Mỳ nấu xương thịt, rau cải ngọt. | - Chè, bánh mỳ sông khoai. | - Bún nấu tôm, xương (thịt) | - Cháo hầm xương, thịt củ quả  |

 **Người xây dựng thực đơn**

 **Nguyễn Thị Thanh Nhân**