

THỰC ĐƠN HỌC SINH MẦM NON MIỀN BẮC

Tuần 1 tháng 1 năm 2020

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	
	1/6/2020	1/7/2020	1/8/2020	1/9/2020	1/10/2020	
BỮA SÁNG	Phở gà	Cháo cá hồi	Hủ tiếu thịt băm	Bún bò Huế	Mỳ trứng tôm thịt	
	Sữa chua Vinamilk	Sữa chua TH True milk	Sữa chua Vinamilk	Sữa chua TH True milk	Sữa chua Vinamilk	
BỮA TRƯA	Món chính	Thịt kho sốt ướp đồ nướng	Thịt gà hầm hạt sen nấm hương	Cá thu , thịt lợn sốt cà chua	Tôm rim thịt	Mỳ spaghetti bolognese
	Món Cháo (Dành cho HS ăn cháo)	Cháo thịt rau xanh	Cháo gà đậu xanh, bí đỏ	Cháo thịt pho mai	Cháo hải sản	Cháo bò bí đỏ
	Món rau	Củ quả luộc thập cẩm	Bí ngò xào tỏi	Rau xào thập cẩm	Củ cải luộc	Khoai tây nhân thịt chiên
	Món canh	Canh thịt bò nấu rau răm	Canh cải xanh nấu thịt	Canh bí đao nấu tôm	Canh cải cúc nấu thịt	
	Cơm	Cơm trắng mềm	Cơm trắng mềm	Cơm trắng mềm	Cơm trắng mềm	
	Tráng miệng	Dưa hấu	Bưởi da xanh	Lê Hàn Quốc	Thanh long	Chuối tiêu
BỮA CHIỀU	Cháo hải sản	Phở bò sốt vang	Cháo dinh dưỡng tổng hợp	Súp gà ngô non	Xôi gấc	
ĂN NHỆ	Sữa tươi không đường Vinamilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)	Sữa tươi không đường TH Truemilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)	Sữa tươi không đường Vinamilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)	Sữa tươi không đường TH Truemilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)	Sữa tươi không đường Vinamilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)	

Thực đơn gửi muợn: Sữa tươi không đường

Thực đơn có thể được điều chỉnh tùy theo tình hình thực tế nhưng ko làm ảnh hưởng đến hàm lượng dinh dưỡng của học sinh.

THỰC ĐƠN HỌC SINH MẦM NON MIỀN BẮC

Tuần 2 tháng 1 năm 2020

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	
	1/13/2020	1/14/2020	1/15/2020	1/16/2020	1/17/2020	
BỮA SÁNG	Cháo thịt khoai lang nhật	Phở gà	cháo tôm, thịt rau xanh	Mỳ trứng thịt xá xíu	Hủ tiếu thịt băm	
	Sữa chua TH True milk	Sữa chua Vinamilk	Sữa chua TH True milk	Sữa chua Vinamilk	Sữa chua TH True milk	
BỮA TRƯA	Món chính	Bò nấu ca ri	Trứng hấp nấm	Thịt lợn kho trứng cút	Thịt gà hầm hạt sen và nấm hương	Cá ba sa kho tộ
	Món Cháo (Dành cho HS ăn cháo)	Cháo bò cà rốt	Cháo chim bồ câu, hạt sen	Cháo thịt rau xanh	Cháo gà đậu xanh bí đỏ	Cháo thịt rong biển
	Món rau	Su su luộc	Cải thảo xào cà rốt	Củ quả luộc thập cẩm	Bí đỏ xào tỏi	Rau xào thập cẩm
	Món canh	Canh bí đỏ sườn non	Canh thịt bò nấu rau răm	Canh cải xanh nấu thịt	Canh trứng đậu phụ non	Canh bí nấu thịt gà
	Cơm	Cơm trắng mềm	Cơm trắng mềm	Cơm trắng mềm	Cơm trắng mềm	Cơm trắng mềm
	Tráng miệng	Dưa hấu	Xoài chín	Bưởi hồng da xanh	Đu đủ chín	Chuối tiêu
BỮA CHIỀU	Bún tôm thịt canh chua	Cháo hải sản	Phở bò sốt vang	Súp hải sản	Bún bò truyền thống	
ĂN NHÉ	Sữa tươi không đường TH Truemilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)	Sữa tươi không đường Vinamilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)	Sữa tươi không đường TH Truemilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)	Sữa tươi không đường Vinamilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)	Sữa tươi không đường TH Truemilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)	

Thực đơn gửi muộn: Sữa tươi không đường

Thực đơn có thể được điều chỉnh tùy theo tình hình thực tế nhưng ko làm ảnh hưởng đến hàm lượng dinh dưỡng của học sinh.



THỰC ĐƠN HỌC SINH MẦM NON MIỀN BẮC

Tuần 3 tháng 1 năm 2020

Thời gian		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
		1/20/2020	1/21/2020	1/22/2020	1/23/2020	1/24/2020
BỮA SÁNG		Phở gà	Bún bò sốt vang	Nghỉ Tết	Nghỉ Tết	Nghỉ Tết
		Sữa chua Vinamilk	Sữa chua TH True milk			
BỮA TRƯA	Món chính	Thịt lợn om trái thơm	Gà quay sốt nấm			
	Món Cháo (Dành cho HS ăn cháo)	Cháo tôm bí xanh	Cháo gà hạt sen			
	Món rau	Cải ngọt xào tỏi	Rau xào thập cẩm			
	Món canh	Canh bí đao nấu tôm thịt	Canh cải cúc nấu thịt			
	Cơm	Cơm trắng mềm	Cơm trắng mềm			
	Tráng miệng	Chuối tiêu	Dưa hấu			
BỮA CHIỀU		Cháo dinh dưỡng tổng hợp	Súp tôm thịt cà rốt			
ĂN NHỆ		Sữa tươi không đường Vinamilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)	Sữa tươi không đường TH Truemilk/ sữa học đường(dành cho học sinh đăng ký)			

Thực đơn gửi muợn: Sữa tươi không đường

Thực đơn có thể được điều chỉnh tùy theo tình hình thực tế nhưng ko làm ảnh hưởng đến hàm lượng dinh dưỡng của học sinh.