

TUẦN 4 (Từ ngày 16-20/9/2024)

THỨ	SÁNG (7h30P)	TRƯA (10h 30)	XÉ (14h)	Chiều (15h30p)
Hai	Cháo dinh dưỡng Sữa bột Metacare	Cơm - Thịt xào rau củ Canh chua cá lóc Bắp cải cà rốt xào tỏi	thành long	Bánh mỳ kinh đô 40g
Ba	Hủ tíu mì, cà rốt hầm xương heo Sữa bột Metacare	Cơm - cá diêu hồng sốt cà Canh cải ngọt thịt băm	táo đỏ	Bánh canh gà, giò sống, xương, nấm mèo
Tư	Miến thịt băm, cà rốt nấm rom Sữa bột Metacare	Cơm - Đậu phụ tứ xuyên Canh rau muống nấu sò	puding	Bánh canh cá lóc, cải xanh
Năm	Phở bò hầm xương Sữa bột Metacare	Cơm - Thịt trứng mộc hấp Canh bí xanh tôm khô Mướp, nấm hương xào	Lê	Súp tôm, gà nấm tuyết
Sáu	Bánh đa mộc viên cà chua Sữa bột Metacare	Cơm - xiu mại sốt cà Canh rau ngót cá thác lác Su su xào tỏi	yaourt	Cháo gà nấm rom

NHU CẦU NĂNG LƯỢNG CHO TRẺ TRONG 1 NGÀY:

NHÀ TRẺ: 930 - 1000KCAL

MẪU GIÁO: 1230 -1320KCAL

* Nhu cầu khuyến nghị tại trường của một trẻ trong 1 ngày:

Đối với nhà trẻ chiếm 70 - 80% là 800 KCAL

Đối với mẫu giáo chiếm 60 - 70% là 924 KCAL

Nhà trẻ	Mẫu giáo
Bữa sáng + sữa: 20% = 200Kcal	Bữa sáng + sữa: 20% = 264Kcal
Bữa trưa: 30% =300Kcal	Bữa trưa: 25% =330Kcal
Bữa xế: 10% =100Kcal	Bữa xế: 10% =132Kcal
Bữa chiều: 20% = 200Kcal	Bữa chiều: 15% = 198Kcal
Bổ sung tại nhà là: 20% = 200 Kcal	Bổ sung tại nhà là: 30% = 396Kcal


 P. Hiệu trưởng
 TRƯỞNG
 MẦM NON
 Nguyễn Thị Tuyết Trinh