

TUẦN 11 (Từ ngày 4/11-8/11/2024)

THỨ	SÁNG (7h20P)	TRƯA (10h 30)	XÉ (14h)	Chiều (15h30p)
Hai	Hủ tíu nấu cà rốt, củ cải, thịt, xương heo Sữa bột meta	Cơm - Cá ba sa sốt thơm Canh rau ngót nấu thịt nạc	Quýt	Phở gà, nấm rơm
Ba	Bánh canh thịt, nấm rơm, củ cải trắng hầm xương Sữa bột meta	Cơm - Thịt xào su su Canh rau dền nấu tôm	yaourt	Cháo cá diêu hồng, nấm rơm
Tư	Bún riêu thịt băm, cà chua, đậu hũ Sữa bột meta	Cơm - đậu phụ tứ xuyên Canh bí đỏ, đậu phộng, thịt băm Cải thảo xào	Dưa hấu	Phở bò hầm xương
Năm	Miến khô nấu thịt nạc, nấm rơm, cà rốt Sữa bột meta	Cơm - Tôm trứng xào cà Canh chua cá diêu hồng Bắp cải luộc	Puding	Cháo thịt bò, cà rốt
Sáu	Bánh đa thịt, cà chua Sữa bột meta	Cơm - Thịt xào chua ngọt Canh cải xanh cá thác lác	Chuối cau	Bún mắm hải sản

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


Phó hiệu trưởng
TRƯỜNG
MẦM NON
AN LINH
 Nguyễn Thị Tuyết Trinh