

TUẦN 15 (từ ngày 2/12- 6/12/2024)

THỨ	SÁNG (7h30P)	TRƯA (10h 30)	XE (14h)	Chiều (15h30p)
Hai	Bánh canh thịt nạc, nấm rơm, cà rốt Sữa bột Metacare	Cơm - Thịt xào chua ngọt Canh rau muống nấu nhừ	Puding	Bún riêu cua
Ba	Cháo xương, thịt heo, nấm rơm cà rốt Sữa bột Metacare	Cơm - cá lóc rim mắm Canh tỏi mướp tôm khô Bầu hấp	mận	Miến bò viên hầm xương
Tư	Bún riêu thịt băm, cà chua Sữa bột Metacare	Cơm - thịt kho tôm tươi Canh bí đỏ hầm xương Nấm bào ngư, mướp hương xào	Táo ta	Chè đậu xanh cốt dừa
Năm	Nui sò nấm rơm, cà rốt nấu xương Sữa bột Metacare	Cơm - bò xào hành tây. Canh cải thìa thịt băm	sữa chua	Bún lẩu hải sản
Sáu	Bánh đa thịt, cà chua Sữa bột Metacare	Cơm - Mực xào dứa Canh bầu nấu tôm tươi Su su cà rốt xào	chuối cau	Bánh canh gà nấu nấm hầm xương

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



Nhiệm trưởng

Nguyễn Thị Tuyết Trinh