

TUẦN 6 (Từ ngày 30/9 -> 4/10/2024)

THỨ	SÁNG (7h20P)	TRƯA (10h 30)	XE (14h)	Chiều (15h30p)
Hai	Bún riêu thịt heo, đậu hũ, cà chua Sữa bột Metacare	Cơm - chả cá ba sa sốt cà Canh cải ngọt nấu thịt heo	Thanh long	Cháo lươn khoai môn
Ba	Bánh đa thịt băm, cà chua Sữa bột Metacare	Cơm - Thịt kho trứng cút Canh rau muống nấu nghêu sò Su su xào hành	bánh Flan	Bánh canh gà, nấm rom, củ cải trắng
Tư	Bún bò huế Sữa bột Metacare	Cơm - Cá cam sốt cà Canh hẹ, đậu hũ, thịt, tôm tươi	táo ta	cháo ếch mỏng tươi
Năm	Nui sò thịt viên, nấm rom, cải thìa Sữa bột Metacare	Cơm - Gà sốt chanh dây Canh rau dền thịt băm Mướp hương, nấm bào ngư xào	Sữa chua	Bánh đa cá lóc, cải xanh
Sáu	Phở nấu thịt, giò sống, củ cải trắng, đồ Sữa bột Metacare	Cơm - Bò kho cà rốt Canh tươi mướp tôm khô	quýt	Chè đậu xanh rong biển

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	



Giáo viên trường

Nguyễn Thị Tuyết Trinh