

TUẦN 8 (Từ ngày 14-18/10/2024)

THỨ	SÁNG (7h20P)	TRƯA (10h 30)	XÉ (14h)	Chiều (15h30p)
Hai	bún gạo nấu thịt nạc, nấm rom, cà rốt Sữa bột meta	Cơm - đậu hũ thịt sốt cà Canh rau muống nấu sò Su su xào hành	yaourt	Bánh canh gà nấu nấm
Ba	Cháo xương, thịt heo, nấm rom cà rốt Sữa bột meta	Cơm - cá diêu hồng sốt cà Canh cải nhúng thịt băm	Chuối cau	Miến bò viên hầm xương
Tư	Bánh đa thịt, giò sống, cà chua Sữa bột meta	Cơm - thịt kho tôm tươi Canh bí xanh hầm xương Bắp cải luộc	Thanh long	Bún riêu thịt băm, cà chua
Năm	Xôi mặn Sữa bột meta	Cơm - xú mại sốt cà Canh mồng tơi nướp tôm khô	cam sành	bánh bao nhân thịt
Sáu	Nui sò nấm rom, cà rốt nấu xương Sữa bột meta	Cơm - Gà sốt chanh dây Canh cải thìa thịt băm Khô qua tây xào	puding	Cháo ngũ sắc

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