

TUẦN 9 (Từ ngày 21/10 - 25/10/2024)

THỨ	SÁNG (7h20P)	TRƯA (10h 30)	XÉ (14h)	Chiều (15h30p)
Hai	Bún riêu thịt heo Sữa bột meta	Cơm - Trứng chiên nấm rom Canh tỏi mướp tôm khô Su su, cà rốt hấp	Táo tây	Bánh đa mộc viên, cà chua
Ba	Bánh ướt + chả lụa Sữa bột meta	Cơm - Cá Ba Sa phi lê kho tộ Canh cải cúc thịt băm	sữa chua uống	Bún ốc, thịt ba chỉ
Tư	Cháo bí đỏ hầm xương Sữa bột meta	Cơm - Thịt rim chua ngọt Canh bầu nấu tôm khô Mướp xào nấm bào ngư	Quýt	bánh bao nhân thịt
Năm	Nui xoắn nấu thịt, rau củ Sữa bột meta	Cơm - cá diêu hồng sốt cà Canh cải nhúng thịt băm	chuối cau	Bún cà ri sườn
Sáu	Bánh canh thịt hầm xương, nấm rom Sữa bột meta	Cơm - Đậu phụ tứ xuyên Canh chua gà lá giang Bầu hấp	bánh flan	cháo đậu xanh thịt băm

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
 Nguyễn Thị Tuyết Trinh