

TRƯỜNG MN SAO SÁNG 5							
THỰC ĐƠN THÁNG 9 NĂM 2024- 2025							
Tuần	Bữa		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
1	Phụ sáng		Sữa bột Metacare	Sữa chua	Sữa chua	Sữa chua	Sữa chua
	Bữa trưa		Ruốc cá hồi, thịt	Gà , lợn hầm hạt sen, nấm, cà rốt	Trứng , tôm, thịt hấp	Lươn xào xà, ớt	Tôm, thịt đậu sốt cà chua
			Canh tôm, thịt bí, rau cải xanh + củ quả luộc	Canh gà ngũ sắc + dưa vàng	Canh tôm cải thảo+ su su cà rốt xào thịt	Canh tôm, thịt bắp cải, cà rốt+ dưa hấu	Canh cua nấu rau đay, mồng toi, mướp+ chuối tiêu
	Bữa chiều	NT	Cháo bò phomai, bí đỏ	Cháo tôm, thịt rau cải	Cháo sườn rau củ	Cháo tôm, sườn rau củ	Cháo bò rau củ
		MG		Chè hạt sen, đỗ xanh	Bánh đa cua, sườn		Bánh bông lan+ sữa bột Metacare
	Xế	NT	Nước cam	Chuối tây	Dưa hấu	Thanh long	Sữa bột
2	Phụ sáng		Sữa bột Metacare	Sữa chua	Sữa chua	Sữa chua	Sữa chua
	Bữa trưa		Cá song, thịt sốt cà chua	Bò hầm khoai tây, cà rốt	Trứng cút, tôm, thịt sốt cà chua	Ốc hấp thịt, giò sống, đậu phụ	Ruốc tôm, thịt, lạc, vừng, rong biển
			Riêu cá dộc mùng, dưa chua + củ quả luộc	Canh tôm nấu bầu, rau cải+ lê ngọt	Canh chua thịt, giá đỗ + củ cải, su su hấp	Canh sườn khoai tây, cà rốt+ dưa hấu	Canh cua rau đay, mồng toi, mướp+Chuối tây
	Bữa chiều	NT	Cháo gà, hạt sen, bí đỏ	Cháo tôm, thịt rau củ	Bánh đa ngan	Cháo tôm ,thịt, yến mạch, bí đỏ	Cháo sườn rau củ
		MG		Súp tôm, thịt + bánh mì	Cháo ngan rau củ		Bánh gato + sữa bột metacare
	Xế	NT	Dưa hấu	Nước cam	Thanh long	Nước chanh	Sữa bột
3	Phụ sáng		Sữa bột Metacare	Sữa chua	Sữa chua	Sữa chua	Sữa chua
	Bữa trưa		Ruốc cá hồi, thịt	Gà , lợn hầm hạt sen, nấm, cà rốt	Trứng , tôm, thịt hấp	Lươn xào xà, ớt	Tôm, thịt đậu sốt cà chua
			Canh tôm, thịt bí, rau cải xanh + củ quả luộc	Canh gà ngũ sắc + dưa vàng	Canh tôm cải thảo+ su su cà rốt xào thịt	Canh tôm, thịt bắp cải, cà rốt+ dưa hấu	Canh cua nấu rau đay, mồng toi, mướp+ chuối tiêu
	Bữa chiều	NT	Cháo bò phomai, bí đỏ	Cháo tôm, thịt rau cải	Cháo sườn rau củ	Cháo tôm, sườn rau củ	Cháo bò rau củ
		MG		Chè hạt sen, đỗ xanh	Bánh đa cua, sườn		Bánh bông lan+ sữa bột Metacare
	Xế	NT	Nước cam	Chuối tây	Dưa hấu	Thanh long	Sữa bột
4	Phụ sáng		Sữa bột Metacare	Sữa chua	Sữa chua	Sữa chua	Sữa chua
	Bữa trưa		Cá song, thịt sốt cà chua	Bò hầm khoai tây, cà rốt	Trứng cút, tôm, thịt sốt cà chua	Ốc hấp thịt, giò sống, đậu phụ	Ruốc tôm, thịt, lạc, vừng, rong biển
			Riêu cá dộc mùng, dưa chua + củ quả luộc	Canh tôm nấu bầu, rau cải+ lê ngọt	Canh chua thịt, giá đỗ + củ cải, su su hấp	Canh sườn khoai tây, cà rốt+ dưa hấu	Canh cua rau đay, mồng toi, mướp+Chuối tây
	Bữa chiều	NT	Cháo gà, hạt sen, bí đỏ	Cháo tôm, thịt rau củ	Bánh đa ngan	Cháo tôm ,thịt, yến mạch, bí đỏ	Cháo sườn rau củ
		MG		Súp tôm, thịt + bánh mì	Cháo ngan rau củ		Bánh gato + sữa bột metacare
	Xế	NT	Dưa hấu	Nước cam	Thanh long	Nước chanh	Sữa bột