

**THỰC ĐƠN TUẦN 1 THÁNG 10**

		<b>Thứ 2</b>	<b>Thứ 3</b>	<b>Thứ 4</b>	<b>Thứ 5</b>	<b>Thứ 6</b>
<b>Bữa đêm sáng</b>		Sữa bột	Sữa bột	Nho không hạt	Sữa bột	Sữa chua Vinamill
<b>Bữa trưa</b>	<b>Cơm</b>	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	<b>Thức ăn</b>	Ruốc cá hồi Nauy	Ngan hầm khoai tây cà rốt	Tôm thịt rim giá đỗ	Lươn thịt om chuối đậu	Thịt viên nấm sốt đậu mơ
	<b>Canh</b>	Canh sườn cải thảo cà rốt	Canh tôm nấu bầu + Củ quả luộc	Canh gà ngũ sắc	Canh thịt bò bí xanh, cà rốt + Cải Thảo xào xì dầu	Canh riêu cá rọc mùng
	<b>Cháo NT</b>	Cháo cá hồi cải thảo	Cháo ngan cà rốt	Cháo tôm bí đỏ	Cháo lươn bí xanh	Cháo thịt đỗ xanh
<b>Bữa chiều</b>	<b>NT+ Mẫu giáo</b>	Cháo thịt thăn đậu Hà Lan	Xôi trắng cốt dừa, chè đỗ đen	Bánh đa cua sườn cải xanh	Cháo gà đỗ xanh, hạt sen	Sữa + Bánh mì Sandwich
<b>Phụ chiều</b>	<b>Nhà trẻ</b>	Dưa lưới	Dưa hấu	Nho không hạt	Chuối tây	Đu đủ

**Mức thu: 30.000đ - 3.500đ (chất đốt) = 26.500đ**

**THỰC ĐƠN CÔ**

<b>THỨ</b>	<b>THỨ HAI</b>	<b>THỨ BA</b>	<b>THỨ TƯ</b>	<b>THỨ NĂM</b>	<b>THỨ 6</b>
<b>THỨC ĂN</b>	Trứng rán	Riêu cá su hào	Thịt ba chỉ kho tàu	Tôm rang	Thịt gà kho
<b>CANH</b>	nạc		Củ cải luộc	Rau muống luộc	Rau cải xanh luộc

Sở Dầu, ngày 1 tháng 10 năm 2022

PHÓ HIỆU TRƯỞNG

**Đoàn Thị Mùi**

**THỰC ĐƠN TUẦN 2 THÁNG 10**

		<b>Thứ 2</b>	<b>Thứ 3</b>	<b>Thứ 4</b>	<b>Thứ 5</b>	<b>Thứ 6</b>
<b>Bữa đêm sáng</b>		Sữa bột	Sữa chua Vinamill	Nước ép dưa hấu	Sữa bột	Sữa bột
<b>Bữa trưa</b>	<b>Cơm</b>	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	<b>Thức ăn</b>	Cá song, thịt sốt cà chua	Thịt bò hầm nấm thơm	Ốc xào chuối thịt đậu	Tôm nõn, thịt sốt chua ngọt	Thịt viên sốt cà chua
	<b>Canh</b>	Canh sườn khoai tây, cà rốt	Canh tôm rong biển + Rau củ qur luộc	Canh thịt cải thảo	Canh gà ướp hương + Bắp cải xào cà rốt thịt nạc	Canh bề bề rau muống
	<b>Cháo NT</b>	Cháo cá song, thịt khoai tây phô mai	Cháo thịt bò cải ngọt cà rốt	Cháo ốc thịt cải thảo	Cháo tôm cải xanh	Cháo Thịt rau ngọt
<b>Bữa chiều</b>	<b>NT+MG</b>	Cháo gà nấm hương	Bánh đa sườn rau cải ngọt	Xôi vò chè hạt sen	Cháo tim thịt đỗ xanh, cà rốt	Súp bò bí đỏ
<b>Phụ chiều</b>	<b>NT+MG</b>	Dưa lưới	Nho không hạt	Sữa tươi Vinamill	Chuối tây	Hoa quả dầm

**Mức thu: 30.000đ - 3.500đ (chất đốt) = 26.500đ**

**THỰC ĐƠN CÔ**

<b>THỨ</b>	<b>THỨ HAI</b>	<b>THỨ BA</b>	<b>THỨ TƯ</b>	<b>THỨ NĂM</b>	<b>THỨ 6</b>
<b>THỨC ĂN</b>	Thịt ba chỉ luộc	Lạc rang	Trứng, thịt rán	Tôm rang	Riêu cá dộc mùng
<b>CANH</b>	Canh rau cải xanh	Canh sườn khoai sọ	Su su luộc	Rau muống luộc	

Sở Dầu, ngày 7 tháng 10 năm 2022  
**PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

**Đoàn Thị Mùi**

### THỰC ĐƠN TUẦN 3 THÁNG 10

		<b>Thứ 2</b>	<b>Thứ 3</b>	<b>Thứ 4</b>	<b>Thứ 5</b>	<b>Thứ 6</b>
<b>Bữa đệm sáng</b>		Sữa bột	Sữa bột	Sữa bột	Sữa Proby Vinamill lợi khuẩn	Nước chanh leo sữa tươi
<b>Bữa trưa</b>	<b>Cơm</b>	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	<b>Thức ăn</b>	Thịt đậu sốt cà chua	Mực xào ngũ sắc	Ếch, ba chỉ xào chuối đậu	Gà sốt rôtì	Tim hầm hạt sen tươi
	<b>Canh</b>	Canh bầu nấu tôm đồng + Cải thảo xào tỏi	Canh sườn đậu, bí đỏ	Canh Thịt bò ngũ sắc ( Ngô non, súp lơ xanh, cà rốt...)	Canh riêu cua + Củ quả hấp	Canh củ nấu cá
	<b>Cháo Nhà t</b>	Cháo thịt cải thảo cà rốt	Cháo Hải sản đỗ xanh	Cháo ếch súp lơ xanh cà rốt	Cháo gà nấm thơm	Cháo tim hạt sen
<b>Bữa chiều</b>	<b>NT+MG</b>	Cháo thịt bò măng tây bí đỏ	Bánh đa chũ thịt ngan cải xanh	Mì chũ nấu thịt ngan	Cháo cá hồi đỗ xanh pho mai	Sữa + bánh bao
<b>Phụ chiều</b>	<b>NT+ MG</b>	Sữa Susu	Dưa lưới	Nho không hạt	Sinh tố bơ	Thanh long trắng

**Mức thu: 30.000đ - 3.500đ (chất đốt) = 26.500đ**

### THỰC ĐƠN CÔ

<b>THỨ</b>	<b>THỨ HAI</b>	<b>THỨ BA</b>	<b>THỨ TƯ</b>	<b>THỨ NĂM</b>	<b>THỨ 6</b>
<b>THỨC ĂN</b>	Tôm rang	Trứng thịt rán	Đậu nhồi thịt	Lạc rang	Giá đỗ, mướp xào
<b>CANH</b>	Rau muống luộc	Canh xươngkhoai tây, cà rốt	Canh bắp cải thịt nạc	Canh ngao nấu chua	Canh chua nấu sườn

Sở Dầu, ngày 14 tháng 10 năm 2022

PHÓ HIỆU TRƯỞNG

**Đoàn Thị Mùi**

**THỰC ĐƠN TUẦN 4 THÁNG 10**

		<b>Thứ 2</b>	<b>Thứ 3</b>	<b>Thứ 4</b>	<b>Thứ 5</b>	<b>Thứ 6</b>
<b>Bữa đêm sáng</b>		Sữa bột	Sữa bột	Sữa Proby Vinamill lợi khuẩn	Sữa bột	Sữa bột
<b>Bữa trưa</b>	<b>Cơm</b>	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	<b>Thức ăn</b>	Chả cá thu sốt chua ngọt	Tôm chiên trứng mặn	Thịt khô nhục	Sườn xào chua ngọt	Trứng cút kho thịt kho tàu
	<b>Canh</b>	Canh Sườn bí xanh cà rốt	Canh thịt nạc nấu đậu nâm	Canh riêu cá su hào + Giá đỗ xào thịt	Canh tôm nấu bầu	Canh cua rau cải + củ quả luộc
	<b>Cháo Nhà trẻ</b>	Cháo sườn bí xanh cà rốt	Cháo thịt cải bó xôi	Cháo cá đỗ xanh	Cháo tôm rau cải xanh	Cháo thịt bò củ dền
<b>Bữa chiều</b>	<b>NT+ Mẫu giáo</b>	Nui sốt bò mỹ	Phở gà cải xanh	Xôi trắng cốt dừa	Cháo khoai (sườn, đỗ xanh, cải bó xôi..)	Súp hải sản bí đỏ măng tây
<b>Phụ chiều</b>	<b>Nhà trẻ</b>	Nho xanh ko hạt	Dưa lưới	Chuối	Đu đủ	Thanh long

Mức thu: 30.000đ - 3.500đ (chất đốt) = 26.500đ

**THỰC ĐƠN CÔ**

<b>THỨ</b>	<b>THỨ HAI</b>	<b>THỨ BA</b>	<b>THỨ TƯ</b>	<b>THỨ NĂM</b>	<b>THỨ 6</b>
<b>THỨC ĂN</b>	Tôm rang	Ba chỉ luộc	Trứng luộc	Cá nấu riêu su hào	Đậu sốt cà chua
<b>CANH</b>	Rau muống luộc	Canh bắp cải	Canh ngao chua		Rau cải xanh luộc

Sở Dầu, ngày 21 tháng 10 năm 2022

PHÓ HIỆU TRƯỞNG

**Đoàn Thị Mùi**

**THỰC ĐƠN TUẦN 5 THÁNG 10**

		<b>Thứ 2</b>	<b>Thứ 3</b>	<b>Thứ 4</b>	<b>Thứ 5</b>	<b>Thứ 6</b>
<b>Bữa đêm sáng</b>		Sữa bột	Nước chanh leo sữa tươi	Sữa bột	Sữa bột	Sữa chua Vinamill
<b>Bữa trưa</b>	<b>Cơm</b>	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng	Cơm trắng
	<b>Thức ăn</b>	Cá hồi sốt phô mai	Ngan hầm khoai tây cà rốt	Tôm thịt rim giá đỗ	Lươn thịt om chuối đậu	Thịt viên nấm sốt đậu mơ
	<b>Canh</b>	Canh sườn cải thảo cà rốt	Canh tôm nấu bầu + Củ quả luộc	Canh gà ngũ sắc	Canh thịt bò bí xanh, cà rốt+Cải Thảo xào xì dầu	Canh riêu cá rọc mùng
	<b>Cháo NT</b>	Cháo cá hồi cải thảo	Cháo ngan cà rốt	Cháo tôm bí đỏ	Cháo lươn bí xanh	Cháo thịt đỗ xanh
<b>Bữa chiều</b>	<b>NT+ Mẫu giáo</b>	Cháo thịt thăn đậu Hà Lan	Xôi trắng cốt dừa, chè đỗ đen	Bánh đa cua sườn cải xanh	Cháo gà đỗ xanh, hạt sen	Sữa + Bánh mì Sandwich
<b>Phụ chiều</b>	<b>Nhà trẻ</b>	Dưa lưới	Dưa hấu	Nho không hạt	Chuối tây	Đu đủ

**THỰC ĐƠN CÔ**

<b>THỨ</b>	<b>THỨ HAI</b>	<b>THỨ BA</b>	<b>THỨ TƯ</b>	<b>THỨ NĂM</b>	<b>THỨ 6</b>
<b>THỨC ĂN</b>	Trứng rán	Riêu cá su hào	Thịt ba chỉ kho tàu	Tôm rang	Lạc rang
<b>CANH</b>	Canh bắp cải thịt nạc		Củ cải luộc	Rau muống luộc	Canh ngao nấu chua

Sở Dầu, ngày 28 tháng 10 năm 2022

**PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

**Đoàn Thị Mùi**