

**THỰC ĐƠN THÁNG 03 (Tuần 1 + 3)
NĂM HỌC 2021 - 2022**

Thứ	Bữa chính sáng Mẫu giáo + Nhà trẻ (10 giờ 15 đến 10 giờ 30)	Bữa phụ Mẫu giáo (14 giờ 30)	Bữa phụ NT (13 giờ 30)	Bữa chính chiều Nhà trẻ (15 giờ 30)
Hai 07/3, 21/3	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac + Miến BD QC luộc ăn riêu cua, mọc xíu, hành tây, lá hẹ	Sữa bột Dielac	Miến BD QC luộc ăn riêu cua, mọc xíu, hành tây, lá hẹ
	Tôm dim thịt lợn mỡ sấn, hành hoa			
	Khoai tây, su hào xào thịt nạc			
	Canh rau cải chíp nấu tôm			
Ba 08/3, 22/3	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac HD + Cháo thịt nạc nấu đỗ xanh, quả bí ngô chín	Sữa bột Dielac	Cháo thịt nạc nấu đỗ xanh, quả bí ngô chín
	Thịt lợn mỡ dim trứng vịt, hành hoa.			
	Bí xanh, cà rốt xào thịt nạc lợn			
	Canh rau cải canh nấu cua			
Tư 09/3, 23/3	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac + Phở, thịt nạc bò (nước phở: nấu cà chua, củ hành tây, hành hoa	Sữa bột Dielac	Phở, thịt nạc bò (nước phở: nấu cà chua, củ hành tây, hành hoa
	Thịt bò, hành tây sốt cà chua, hành hoa			
	Rau cải thìa xào thịt nạc lợn			
	Canh khoai tây, cà rốt xào thịt nạc lợn, rau thì là			
Năm 10/3, 24/3	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac + Miến rút luộc ăn với riêu cà chua nấu thịt bò, củ hành tây, hành hoa	Sữa bột Dielac	Miến gạo luộc ăn với riêu cà chua nấu thịt bò, củ hành tây, hành hoa
	Trứng chim cút, thịt lợn mỡ sốt cà chua			
	Củ cải, su hào xào thịt nạc lợn, hành hoa			
	Canh cải bắp nấu cua			

Thứ	Bữa chính sáng Mẫu giáo + Nhà trẻ (10 giờ 15 đến 10 giờ 30)	Bữa phụ Mẫu giáo (14 giờ 30)	Bữa phụ NT (13 giờ 30)	Bữa chính chiều Nhà trẻ (15 giờ 30)
Sáu 11/3, 25/3	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac + Súp khoai tây nấu thịt nạc lợn, rau thì là	Sữa bột Dielac	Súp khoai tây nấu thịt nạc lợn, rau thì là
	Cá trắm sốt cà chua, rau thì là			
	Quả đỗ xào, cà rốt xào thịt nạc lợn			
	Canh rau cải thìa nấu ngao			
Bảy 12/3, 26/3	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac + Cháo thịt ngan nấu hạt sen, rau mùi tàu	Sữa bột Dielac	Cháo thịt ngan nấu hạt sen, rau mùi tàu
	Thịt bò dim thịt lợn nấm hương, hành hoa			
	Khoai tây, su hào, cà rốt xào thịt nạc lợn, hành hoa			
	Canh rau hẹ nấu cua đồng			

* Chú ý : Nhóm thực phẩm thay thế

Các loại rau: (Cải chíp - Cải ngọt- Cải thìa) (Rau cải bắp - Cải thảo)

Các loại củ, quả (Khoai tây - Khoai sọ - khoai môn) ; (Bí xanh - Quả bầu); (Quả đỗ xào - đỗ đũa),

Các loại thịt, tôm, ngao: (Thịt bò - Thịt bê); (Tôm đồng - Tôm biển - Tép đồng). (Trai - Ngao - Hến)

Các loại trứng: (Trứng vịt - Trứng gà)

Các loại cá, cua : (Cá trôi - cá trắm); (Cua đồng - Cáy - Rạm)

Rau thơm: Hành hoa, mùi tàu, thì là

Xét duyệt của Hiệu trưởng

(Đã ký)

Nguyễn Thị Thúy

Nam Hùng, ngày 28 tháng 02 năm 2022

Người phụ trách

Phó hiệu trưởng

(Đã ký)

Bùi Thị Thanh Huyền

**THỰC ĐƠN THÁNG 02 (Tuần 2 + 4)
NĂM HỌC 2021 - 2022**

Thứ	Bữa chính sáng Mẫu giáo + Nhà trẻ (10 giờ 15 đến 10 giờ 30)	Bữa phụ Mẫu giáo (14 giờ 30)	Bữa phụ NT (13 giờ 30)	Bữa chính chiều Nhà trẻ (15 giờ 30)
Hai 14/03, 28/03	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac + Súp thịt nạc lợn nấu khoai lang, quả bí ngô chín	Sữa bột Dielac	Súp thịt nạc lợn nấu khoai lang, quả bí ngô chín
	Tôm biển dim hành hoa			
	Cải bắp, cà rốt xào thịt nạc lợn			
	Canh rau mồng tơi nấu tôm			
Ba 15/03, 29/03	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac + Miến gạo luộc ăn với riêu cà chua nấu thịt gà, củ hành tây, hành hoa	Sữa bột Dielac	Miến gạo luộc ăn với riêu cà chua nấu thịt gà, củ hành tây, hành hoa
	Thịt lợn dim cà rốt, hành hoa			
	Khoai tây, cà rốt xào thịt nạc			
	Canh cải bó xôi nấu cua đồng			
Tư 16/03, 30/03	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac + cháo lươn nấu quả bí ngô chín rau mùi tàu	Sữa bột Dielac	Cháo lươn nấu quả bí ngô chín rau mùi tàu
	Thịt gà, thịt lợn mỡ sấn dim, hành hoa			
	Cải chíp xào thịt nạc lợn			
	Canh bí xanh nấu cua đồng, hành hoa			
Năm 17/03, 31/03	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac + Bún riêu cà chua nấu thịt nạc bò, củ hành tây, hành hoa.	Sữa bột Dielac	Bún riêu cà chua nấu thịt nạc bò, củ hành tây, hành hoa.
	Thịt nạc bò, thịt lợn dim hành tây, hành hoa			
	Súp lơ xào thịt nạc lợn, hành hoa			
	Canh rau dền nhật nấu cua đồng			

Thứ	Bữa chính sáng Mẫu giáo + Nhà trẻ (10 giờ 15 đến 10 giờ 30)	Bữa phụ Mẫu giáo (14 giờ 30)	Bữa phụ NT (13 giờ 30)	Bữa chính chiều Nhà trẻ (15 giờ 30)
Sáu 18/03, 01/04	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac + Cháo thịt gà nấu đậu xanh, hạt sen	Sữa bột Dielac	Cháo thịt gà nấu đậu xanh, hạt sen
	Thịt mông lợn, đậu phụ sốt cà chua, hành			
	Su hào, cà rốt xào thịt nạc, hành hoa			
	Canh cải thảo nấu cua đồng			
Bảy 19/03, 02/04	Cơm gạo bắc hương	Sữa bột Dielac + Súp đậu đen nấu khoai lang, đường kính	Sữa bột Dielac	Súp đậu đen nấu khoai lang, đường kính
	Trứng, thịt mông sấn lợn, hành hoa hấp			
	Quả bí ngô non, cà rốt xào thịt nạc lợn			
	Canh rau lang ngọt nấu cua đồng			

* Chú ý : Nhóm thực phẩm thay thế

Các loại rau: (Cải chíp - Cải ngọt- Cải thìa) (Rau cải bắp - Cải thảo)

Các loại củ, quả (Khoai tây - Khoai sọ - khoai môn) ; (Bí xanh - Quả bầu); (Quả đỗ xào - đỗ đũa),

Các loại thịt, tôm, ngao: (Thịt bò - Thịt bê); (Tôm đồng - Tôm biển - Tép đồng). (Trai - Ngao - Hên)

Các loại trứng: (Trứng vịt - Trứng gà)

Các loại cá, cua : (Cá trôi - cá trắm); (Cua đồng - Cáy - Rạm)

Rau thơm: Hành hoa, mùi tàu, thì là

Nam Hùng, ngày 28 tháng 02 năm 2022

Xét duyệt của Hiệu trưởng

Người phụ trách

Phó hiệu trưởng

(Đã ký)

Nguyễn Thị Thúy

Bùi Thị Thanh Huyền