

Menu Trí Đức 1

TỪ NGÀY 8/4- 12/4/2024

BUỔI SÁNG

Thứ 2: Nui sào rau củ nấu gà - Uống sữa.

Thứ 3: Bún mọc - Uống sữa

Thứ 4: Súp cua biển

Thứ 5: Hủ tiếu hải sản

Thứ 6: BUFFET CUỐI TUẦN: Salad Bơ, Cá hồi áp chảo, cà chua. Mì ý xào bò, bông cải xanh. Thịt ức gà luộc, bắp luộc, khoai lang luộc, trứng gà luộc. Súp cải bó xôi. Ối, thanh long. Sâm bí đao



BUỔI TRƯA

Thứ 2: Gà hon đậu phộng, mỏng tươi xào tỏi, bí xanh nấu tôm, bánh flan, đu đủ, nước tắc.

Thứ 3: Cá basa sốt cam; bắp cải cà rốt xào; canh mỏng tươi, rau đay nấu cua đồng. Sữa chua táo; Thanh long; nước chanh dây.

Thứ 4: Chả trứng xúc xích, mướp xào tôm; Canh rau cải bó xôi; Sữa chua dâu, quýt úc, nước chanh.

Thứ 5: Thịt ba chỉ ram sả, cải thìa sốt dầu hào, canh chua cá lóc, sữa chua, chuối cau, nước tắc.

Thứ 6: Thịt xiu mại, cải thìa sốt dầu hào, canh bí đỏ tôm; Sữa chua, chuối cau.



BUỔI XE

Thứ 2: Hoàn thánh nạc dăm - Uống sữa.

Thứ 3: Cháo sườn đậu xanh - Uống sữa

Thứ 4: Nui nấu tôm thịt - uống sữa

Thứ 5: Phở bò - uống sữa

Thứ 6: Bún riêu, cua đồng.

BUỔI CHIỀU

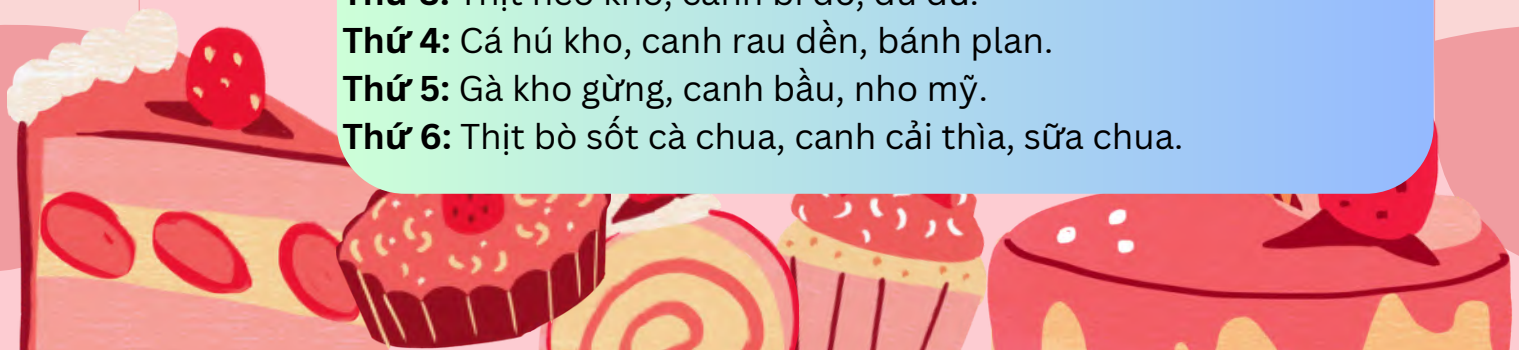
Thứ 2: Tôm ram, canh cải nhún, chuối cau.

Thứ 3: Thịt heo kho, canh bí đỏ, đu đủ.

Thứ 4: Cá hú kho, canh rau dền, bánh flan.

Thứ 5: Gà kho gừng, canh bầu, nho mỹ.

Thứ 6: Thịt bò sốt cà chua, canh cải thìa, sữa chua.



MENU

15/4 - 19/4

Monday

- Sáng: Bún bò, khoai lang luộc, uống sữa.
- Trưa: Gà nấu nhỏ, cải bó xôi xào tỏi; Canh cải nhún nấu tôm; Bánh plan, đu đủ, nước tắc.
- Xế: Hủ tiếu mực, uống sữa.
- Chiều: Bò xào, canh bầu, thanh long.

Tuesday

- Sáng: Nui sao nấu sườn, tôm thịt; Uống sữa.
- Trưa: Tôm, thịt rim mặn, giá hẹ xào; Canh cải xoong; Sữa chua táo, chuối cau, nước chanh dây
- Xế: Phở bò rau quế; Uống sữa.
- Chiều: Gà kho, canh cải bó xôi, đu đủ

Wednesday

- Sáng: Súp tôm tóc tiên, Bánh Karo; Uống sữa.
- Trưa: Thịt nạc, trứng, sốt cà chua, mướp hương xào tôm, canh cải bó xôi nấu tôm; Sữa chua dâu, nho mỹ, nước chanh.
- Xế: Mì quảng tôm; Uống sữa
- Chiều: Cá lóc kho, canh rau dền, bánh plan.

Thursday

Nghỉ lễ
Giỗ Tổ Hùng Vương 10/3 Âm

Friday

- Sáng BUFFET: Bánh ướt chả lụa; Bún xào; Nui sao nấu thịt; Trứng cút luộc; Súp cải bó xôi; Dưa hấu; nước cam; sữa chua.
- Trưa: Cá lóc hấp bầu; cải thìa sốt dầu hào, canh khoai mỡ nấu tôm; Sữa chua, chuối cau.
- Xế: Bún mọc; uống sữa.
- Chiều: Thịt ba chỉ kho trứng cút, canh bí xanh.

Menu

02/5 - 03/5/2024

THỨ NĂM - 02/05/2024

Sáng: Bún mọc, bắp luộc, uống sữa.

Trưa: Cá lóc kho tộ, canh cải nhún nấu nạc dăm, bánh plan, đu đủ.

Xế: Hủ tiếu xương, sữa

Chiều: Gà kho sả, canh bí đỏ, sữa chua.

THỨ SÁU - 03/05/2024

Sáng: Hủ tiếu nam vang, uống sữa.

Trưa: Gà nấu lagu, rau cải thìa luộc; canh đậu hủ, rong biển, sữa chua, lê đường, nước chanh dây

Xế: hoành thánh tôm, uống sữa

Chiều: Trứng, thịt nạc sốt cà, Canh khoai mỡ, chuối cau

THỰC ĐƠN CỦA BÉ

06/5/2024 - 10/5/2024

Monday

SÁNG: Bún bò Huế, khoai lang, uống sữa.

TRƯA: Cá lóc kho tộ, mướp hương xào nấm, canh rau cải nhún nấu nạc dăm, bánh plan, đu đủ, nước chanh.

XÉ: Hủ tiếu xương, thịt, cà rốt, uống sữa.

CHIỀU: Gà kho sả, nghệ; Canh bí đỏ, sữa chua.



Tuesday

SÁNG: Cháo thịt bò băm, uống sữa.

TRƯA: Gà nấu cam, cải thìa; Canh rong biển đậu hủ nấu gà, Sữa chua táo, dưa hấu, nước tắc.

XÉ: Lẩu cua; uống sữa

CHIỀU: Thịt ram, canh rau dền, chuối cau.



wednesday

SÁNG: Mì trứng nấu hải sản, Uống sữa.

TRƯA: Đậu hủ hấp, sốt thịt băm, mồng tơi xào tỏi, canh bí đỏ nấu tôm, sữa chua dâu, quýt, nước chanh dây.

XÉ: Nui nấu xương rau củ, uống sữa.

CHIỀU: Tôm rim, canh cải ngọt, sữa chua Cam.



Thursday

SÁNG: Súp mọc nhĩ nấu tôm, Phomai, uống sữa.

TRƯA: Chả Long Phụng, bó xôi xào, Canh chua cá lóc, sữa chua, lê đường, nước tắc.

XÉ: Phở bò viên, thịt bò, rau quế, uống sữa

CHIỀU: Cá basa ram, canh rau mùng tơi, bánh plan



Friday

SÁNG: BUFFET: Cơm chiên Dương Châu, bánh hỏi, nem nướng, bắp luộc, trứng cút luộc, nui sao tôm thịt, bánh gạo Hàn Quốc, sữa chua, nước sâm, nho mỹ.

TRƯA: Trứng ốp la, phomai Mozzarella, bắp cải xào tôm khô, nạc dăm, nước tắc, uống sữa.

XÉ: Bún thái Hải sản, uống sữa.

CHIỀU: Tôm kho thịt ba chỉ, canh bí xanh, đu đủ.



MENU

13/5/2024 - 17/5/2024

Monday

Sáng: Bún bò Huế, khoai lang, sữa.

Trưa: Cá diêu hồng chưng, cải thìa, canh rau ngót nấu nạc, bánh flan, đu đủ, nước chanh.

Xế: Nui tôm thịt, sữa

Chiều: Bò xào, canh mùng tơi, sữa chua

Tuesday

Sáng: Hoàn thánh tôm, sữa.

Trưa: Gà tiềm hạt sen, nấm, cà rốt, cải bó xôi, canh rong biển nấu gà, đậu hủ, sữa chua Táo, dưa hấu, nước tắc

Xế: Bún thang, sữa

Chiều: Thịt kho, canh rau dền, sữa chua.

Wednesday

Sáng: Mì trứng nấu hải sản, sữa.

Trưa: Mực xào chua ngọt, mồng tơi xào tỏi, canh bí đỏ nấu tôm, sữa chua dâu, nho Mỹ, nước chanh dây

Xế: Hủ tiếu nam vang, sữa

Chiều: Tôm rim, canh rau, sữa chua cam.

Thursday

Sáng: Súp tóc tiên, phomai, sữa.

Trưa: Thịt kho trứng, giá hẹ xào, canh tần ô, sữa chua nho, chuối cau, nước tắc

Xế: Phở bò viên, sữa

Chiều: Gà kho gừng, canh rau mùng tơi, bánh flan.

Friday

Sáng: BUFFET VUI VẺ

Lagu gà, bánh mì, bánh ướt chả lụa, bắp luộc, trứng cút luộc, bánh bông nhài mini, sữa chua, nước cam, dưa hấu.

Trưa: Cá hú kho mặn, mồng tơi xào tỏi, canh bầu nấu tôm, sữa chua, uống sữa.

Xế: Cháo đậu xanh nấu sườn, sữa

Chiều: Trứng chiên phomai, canh khoai mỡ, đu đủ.

THỰC ĐƠN CỦA BÉ

20/5/2024 - 24/5/2024

Monday

SÁNG: Nui sao rau củ nấu gà, uống sữa.

TRƯA: Gà høn đậu trắng, nước dừa, canh bí xanh nấu tôm, bánh plan, đu đủ, nước tắc.

XE: Hoành thánh nạc dăm, uống sữa.

CHIỀU: Canh cải nhún, tôm ram, chuối cau.



Tuesday

SÁNG: Bún mọc thịt, uống sữa.

TRƯA: Cá ba sa sốt cam mỹ, bắp cải, cà rốt xào, canh mồng tơi rau đay nấu cua, sữa chua táo, thanh long, nước chanh dây.

XE: Cháo thịt, đậu xanh; uống sữa

CHIỀU: Thịt heo kho, canh bí đỏ, đu đủ.



Wednesday

SÁNG: Hủ tiếu hải sản, uống sữa.

TRƯA: Chả trứng xúc xích, mướp hương xào tôm, canh cải bó xôi nấu nạc dăm, sữa chua dâu, chuối cau, nước chanh

XE: Mì nấu xương thịt, cà rốt, uống sữa

CHIỀU: Nui tôm thịt, cà rốt, flan/ Bánh + uống sữa (Khối Lá).



Thursday

SÁNG: Súp tôm, nấm tuyết, cà rốt, trứng, rau ngò, dầu hào (Chồi, Lá).
Bánh Solite (Nhà trẻ, Mầm); uống sữa.

TRƯA: Thịt ba chỉ ram sả, cải thìa sốt dầu hào, canh chua cá lóc, sữa chua, dưa hấu.

XE: Phở bò, rau quế, uống sữa

CHIỀU: Gà kho gừng, canh bầu, thanh long



Friday

SÁNG: Cháo đậu hà lan (Nhà trẻ, mầm)/ Bánh Karo (Chồi, Lá); uống sữa

TRƯA: Thịt xiu mại, cải thìa sốt dầu hào, canh bí đỏ nấu tôm, sữa chua, lê đường.

XE: Bún riêu cua đồng, uống sữa.

CHIỀU: Trứng chiên thịt nạc dăm, canh cải thìa, nho mỹ.



THỰC ĐƠN CHO BÉ
TỪ NGÀY 27/5 - 29/5

THỨ 2:

Sáng: Bún mọc, uống sữa.

Trưa: Lagu gà, mướp hương xào nấm, canh rau cải nhún bánh plan, đu đủ, nước chanh.

Xế: Hủ tiếu xương thịt, uống sữa

Chiều: Cá ram sả, canh bí đỏ, chuối cau

THỨ 3:

Sáng: Hoàn thánh tôm thịt, uống sữa.

Trưa: Cá lóc hấp bầu, thịt nạc, nấm mèo; Cải thìa; canh rong biển đậu hủ nấu gà, sữa chua táo, dưa hấu, nước tắc

Xế: Lẩu cua, uống sữa.

Chiều: Thịt ba chỉ kho mặn, canh rau dền, bánh plan.

THỨ 4:

Sáng: Mì trứng nấu hải sản, uống sữa.

Trưa: BUFFET

Cơm chiên Dương Châu, sushi Hàn Quốc, Bánh phồng 3 màu; cá viên, Gà Popcorn, Nui sao tôm thịt, sữa chua dâu, nước cam, Nho mỹ, dưa hấu

Xế: Cháo tôm bí đỏ, uống sữa.

Chiều: Gà kho, canh rau dền, đu đủ.

THỨ 5, THỨ SÁU:
Học sinh được nghỉ học.

MENU

TỪ 3/6 ĐẾN 8/6

THỨ 2:

Sáng: Súp tóc tiên nấu tôm thịt, uống sữa.

Trưa: Cá Diêu hồng chưng, cải thìa; canh rau bồ ngót nấu nạc dăm, bánh plan, đu đủ, nước chanh.

Xế: Nui xương thịt, uống sữa

Chiều: Trứng chiên phomai, canh rau mồng tơi, thanh long

THỨ 3:

Sáng: Mì trứng nấu hải sản, uống sữa.

Trưa: Thịt gà tiềm, cải bó xôi xào, canh bí xanh nấu tôm, sữa chua táo, Nho mỹ, nước tắc.

Xế: Cháo óc heo, bí đỏ, ngô rí, uống sữa.

Chiều: Thịt ram, canh bí xanh, chuối cau.

THỨ 4:

Sáng: Hủ tiếu nạc dăm, phomai, uống sữa.

Trưa: Lươn xào lăn, susu cà rốt xào, canh chua rau muống, sữa chua nho, thanh long, nước chanh dây

Xế: Phở thịt gà, rau quế, uống sữa.

Chiều: Gà kho, canh cải ngọt, sữa chua táo.

THỨ 5

Sáng: Bún bò, bắp luộc, phomai, uống sữa.

Trưa: Thịt ba chỉ kho trứng cút, giá hẹ xào, canh tần ô nấu thịt nạc, sữa chua, xoài, nước tắc

Xế: Mì nấu tôm, uống sữa.

Chiều: Cá lóc kho, canh rau dền, bánh plan.

THỨ 6

Sáng: Cháo hạt sen nấu tôm, uống sữa.

Trưa: Cá basa sốt chanh dây, đậu cove, cà rốt xào tôm, canh bí đỏ nấu tôm, sữa chua, nước chanh, uống sữa

Xế: SINH NHẬT THÁNG 6: Đùi gà nấu Lagui bánh mì, súp bắp tôm, xúc xích Đức, trứng cút bọc thịt, Quýt thái, Nho mỹ

Chiều: Thịt ba chỉ ram, canh rau muống, dưa hấu.



Special Dessert

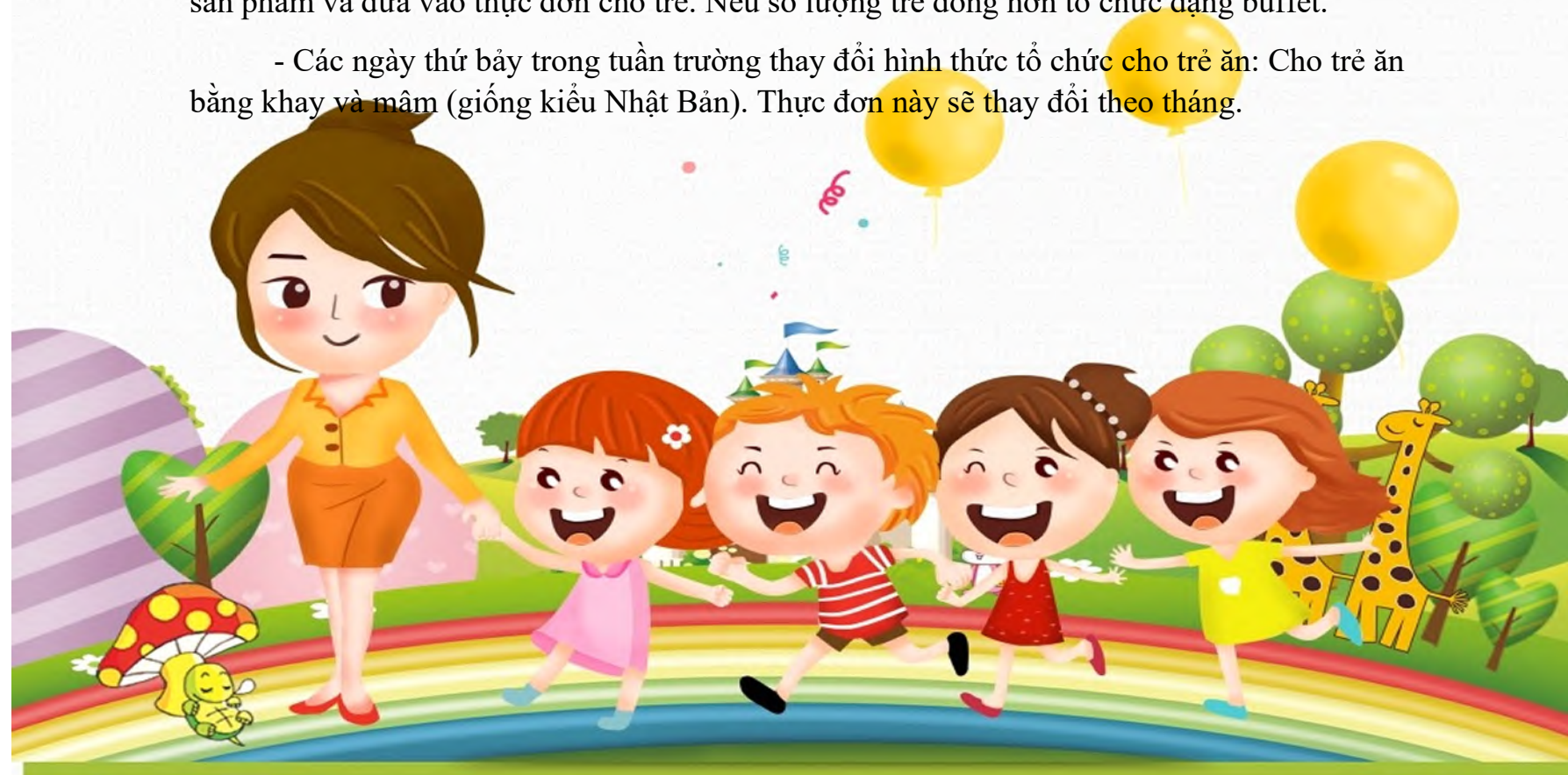
THỰC ĐƠN NGÀY THỨ BẢY THÁNG 6/2024

Thời gian	TUẦN 1	TUẦN 2	TUẦN 3	TUẦN 4
Sáng	* Bún mọc, giò sống, thịt heo, nấm mèo, rau củ * Uống sữa vinamilk * Nước chanh dây	* Nui sao thịt heo, cà rốt * Uống sữa vinamilk * Nước tắc	* Cháo đậu hà lan nấu tôm * Uống sữa vinamilk * Nước chanh	* Súp tóc tiên nấu thịt gà, trứng * Uống sữa vinamilk * Nước tắc
Trưa	* Cá hủ kho mặn * Canh rau bí đỏ nấu tôm * Cải bó xôi xào tỏi	* Thịt ba chỉ kho trứng * Bé vào bếp (Trứng chiên xúc xích) * Canh Cải thảo, cà rốt * Cai thìa xốt dầu hào * Bánh flan * Dưa hấu	* Gà nấu nấm đông cô, nước dừa, cà rốt * Canh tần ô nấu tôm * Mướp hương xào nấm rơm * Sữa chua * Lê đường	* Cốt lếch ram mặn * Trứng chiên thịt nạc dăm * Canh cải nhún nấu tôm * Susu, cà rốt xào * Sữa chua táo * Chuối cau
Tráng miệng	* Trái cây nhiệt đới(Trẻ làm) * Đu đủ	* Canh Cải thảo, cà rốt * Cai thìa xốt dầu hào * Bánh flan * Dưa hấu	* Gà nấu nấm đông cô, nước dừa, cà rốt * Canh tần ô nấu tôm * Mướp hương xào nấm rơm * Sữa chua * Lê đường	* Cốt lếch ram mặn * Trứng chiên thịt nạc dăm * Canh cải nhún nấu tôm * Susu, cà rốt xào * Sữa chua táo * Chuối cau
Xế	* Hoành thánh tôm, cà rốt, hành * Uống sữa vinamilk	* Mì trứng nấu tôm, thịt, cà rốt * Uống sữa vinamilk	* Bún bò Huế * Uống sữa vinamilk	* Phở gà, rau quế * Uống sữa vinamilk

Ghi chú:

- Hằng tháng có tổ chức cho trẻ hoạt động **“Bé làm nội trợ”** mục đích rèn kỹ năng và tạo sản phẩm và đưa vào thực đơn cho trẻ. Nếu số lượng trẻ đông hơn tổ chức dạng buffet.

- Các ngày thứ bảy trong tuần trường thay đổi hình thức tổ chức cho trẻ ăn: Cho trẻ ăn bằng khay và mâm (giống kiểu Nhật Bản). Thực đơn này sẽ thay đổi theo tháng.



THỰC ĐƠN 17/6 - 21/6

Thứ Hai

Sáng: Hủ tiếu nam vang, uống sữa

Trưa: Cá lóc kho tộ, mướp hương xào nấm, canh rau cải nhún nấu nạc dăm, bánh Plan, đu đủ, nước chanh

Xế: Hoành thánh mì nấu tôm, củ cải, uống sữa

Chiều: Xíu mại, canh bí đỏ, sữa chua.

Thứ Ba

Sáng: Cháo thịt bò băm, uống sữa

Trưa: Đậu hủ nhồi thịt xốt cà chua, cải thìa, canh gà nấu bí, sữa chua táo, dưa hấu, nước tắc.

Xế: Bún riêu cua cà chua, đậu hủ, uống sữa.

Chiều: Thịt kho trứng, canh rau dền, chuối cau

Thứ Tư

Sáng: Mì trứng nấu hải sản, uống sữa

Trưa: Vịt tiềm, mồng tơi xào tỏi, canh bí đỏ nấu tôm, sữa chua dâu, thanh long, nước chanh dây.

Xế: Phở bò- bò viên, uống sữa

Chiều: Thịt gà kho, canh cải ngọt, sữa chua cam

Thứ Năm

Sáng: Súp mộc nhĩ nấu tôm, trứng, uống sữa

Trưa: Thịt ba chỉ kho trứng cút, bó xôi xào, canh chua lá giang, sữa chua, lê đường, nước tắc.

Xế: Nui nấu xương, uống sữa

Chiều: Cá basa ram, rau mùng tơi, bánh Plan

Thứ Sáu

Sáng: Hoành thánh thịt nạc, uống sữa

Trưa: Gà hon đậu trắng, bầu luộc, canh khoai mỡ nấu tôm khô, nạc dăm, nước tắc, uống sữa

Xế: Cháo óc heo, uống sữa

Chiều: Trứng chiên sốt cà, canh bí xanh, đu đủ

MENU 24/6 - 28/6

THỨ 2

Sáng: Nui nấu tôm thịt, uống sữa

Trưa: Lươn om khoai sọ, cải bó xôi luộc, canh bí xanh nấu nạc dăm, sữa chua, đu đủ, nước tắc.

Xế: Mì Quảng gà, uống sữa.

Chiều: Thịt rim mặn, canh cải thảo, chuối cau

THỨ 3

Sáng: Súp tóc tiên nấu tôm, bánh ướt chả lụa, uống sữa

Trưa: Gà hon nấu đậu phộng, mướp hương xào nấm rơm, canh cải nhún, sữa chua, nho Mỹ, nước chanh.

Xế: Hủ tiếu nạc dăm xương heo, uống sữa.

Chiều: Cá diêu hồng, canh cải bó xôi, bánh flan.

THỨ 4

Sáng: Mì trứng nấu tôm, phomai, uống sữa

Trưa: Cốt lếch ram, mỏng tỏi xào, canh chua rau muống, sữa chua, xoài cát, nước tắc.

Xế: Hoàn thánh gà rau củ, uống sữa.

Chiều: Tôm sốt cà chua, canh bầu, đu đủ.

THỨ 5

Sáng: Phở gà rau quế, trứng cút luộc, uống sữa

Trưa: Cá basa ram sốt tương xí muối, Cove cà rốt xào. Canh rau xà lách xoong nấu nạc dăm, sữa Probi, dưa hấu, nước cam

Xế: Cháo sườn, uống sữa.

Chiều: Trứng chiên phomai, canh rau dền, thanh long

THỨ 6

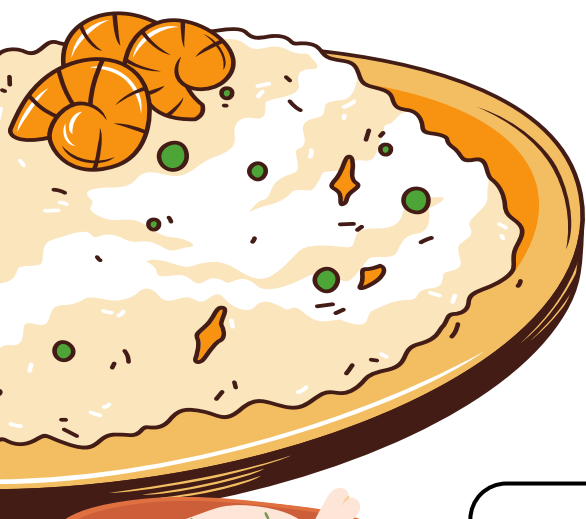
Sáng: Hủ tiếu nam vang, uống sữa

Trưa: Thịt kho đậu hủ, rau cải thìa luộc, canh gà nấu lá giang, bánh flan, lê, nước chanh dây.

Xế: Bún mọc, uống sữa.

Chiều: Thịt gà kho, canh khoai mỡ, chuối cau.

MENU 1/7 - 5/7



THỨ 2

SÁNG: Súp tóc tiên nấu cua, uống sữa

TRƯA: Cá hủ kho tiêu, cải thìa; canh rau bồ ngót nấu nạc dăm; bánh flan, đu đủ, nước chanh.

XẾ: Nui xương thịt, cà rốt, uống sữa

CHIỀU: Trứng chiên phô mai, canh rau mồng tơi, lê.



THỨ 3

SÁNG: Mì trứng nấu hải sản, bánh ướt nem nướng; uống sữa.

TRƯA: Gà tiềm, bó xôi xào, canh bí xanh nấu tôm, sữa chua táo, nho mỹ, nước tắc

XẾ: Cháo óc heo, bí đỏ; uống sữa

CHIỀU: Thịt ram, canh bí xanh, chuối cau



THỨ 4

SÁNG: Hủ tiếu nạc dăm; Phomai, uống sữa.

TRƯA: Tàu hủ non sốt thịt băm, susu cà rốt xào, canh rau muống nấu chua, sữa chua nho, thanh long, nước chanh dây.

XẾ: Hoành thánh tôm; uống sữa

CHIỀU: Gà kho, canh cải ngọt, sữa chua cam



THỨ 5

SÁNG: Bún mọc; uống sữa.

TRƯA: Thịt ba chỉ kho trứng gà, giá hẹ; canh tần ô nấu thịt nạc, sữa chua, xoài, nước tắc.

XẾ: Mì nấu tôm; uống sữa

CHIỀU: Cá lóc kho thơm, canh rau dền, bánh flan

THỨ 6

SÁNG: Phở gà; uống sữa.

TRƯA: Cá basa sốt chanh dây, đậu cove, cà rốt xào tôm; Canh bí đỏ nấu tôm khô, nạc dăm. Sữa chua, nước tắc, uống sữa

XẾ: sườn non nấu lagu, bánh mì, súp bắp tôm, bánh bông lan nhài, trứng cắt bọc thịt, bánh bông lan, quýt thái, nho

CHIỀU: thịt kho trứng cut, canh rau muống, nho



M E N U

T Ò 8/7 Đ É N 12/7

THỨ 2:

Sáng: Nui sao nấu rau củ, uống sữa.

Trưa: Gà nấu pate, cà rốt; Giá hẹ xào; Canh bí xanh nấu tôm; Bánh flan, Đu đủ, nước tắc.

Xế: Hoành thánh nạc, uống sữa

Chiều: Canh cải nhún, tôm ram, chuối cau.

THỨ 3:

Sáng: Bún mọc thịt, uống sữa.

Trưa: Bò nấu tứ quý, mồng toi xào tỏi, canh chua rau muống, sữa chua táo; Thanh long, nước chanh dây.

Xế: Cháo sườn, uống sữa.

Chiều: Thịt heo kho, canh bí đỏ, đu đủ.

THỨ 4:

Sáng: Súp cua biển, phomai, uống sữa.

Trưa: Chả trứng, xúc xích, mướp hương xào tôm; Canh mồng toi, rau đay nấu cua. Sữa chua dâu, Lê, nước chanh.

Xế: Nui nấu tôm, uống sữa.

Chiều: Cá hủ kho, canh rau dền, bánh flan.

THỨ 5

Sáng: Hủ tiếu hải sản, uống sữa.

Trưa: Thịt ba chỉ ram sả, cải thìa sốt dầu hào; Canh chua cá lóc, rau nôm; Sữa chua, chuối cau, nước tắc.

Xế: Phở bò, uống sữa.

Chiều: Gà kho gừng, canh bầu, nho mỹ.

THỨ 6

Sáng: BUFFET Gà Chicken Kebabs, Mì ý xào bò, ức gà luộc xé + bắp luộc + khoai lang luộc + trứng gà luộc. Súp cải bó xôi, Thanh long, nước sâm bí đao, sữa chua.

Trưa: Cá diêu hồng sốt chua ngọt, bó xôi xào tỏi; Canh bí đỏ nấu tôm; sữa chua, chuối già.

Xế: Bún riêu cua đồng, uống sữa

Chiều: Thịt bò xay sốt cà chua, canh cải thìa.



Special Dessert



TRI DUC
KINDERGARTEN



BREAKFAST

Mon: Bún mọc ,bắp luộc, sữa

Tue: Mì trứng tôm, bánh ướt thịt, sữa

Wed: Hủ tiếu nam vang, phomai, sữa

Thu: Phở gà, sữa

Fri: Buffet cuối tuần

+ Xôi hạt sen, cánh gà nướng

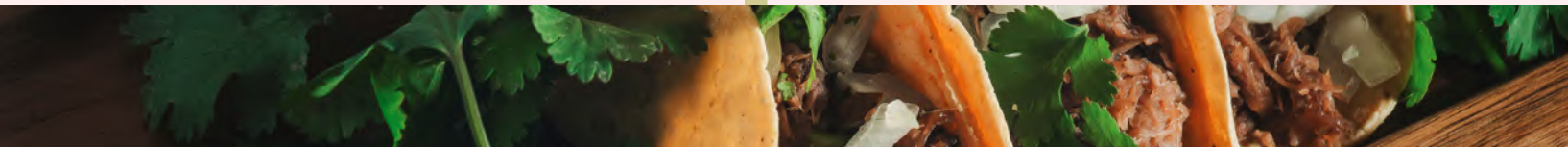
+ Mì Spaghetti

+Trứng cút luộc

+Nui sao tôm thịt

+Nho Mỹ, chuối cau

+ Nước sâm bí đao, sữa chua



MENU TRÍ ĐỨC 1

15/7/2024 - 20/7/2024

LUNCH

Mon: Cá diêu hồng hấp Hồng Kông, cải thìa luộc, canh cua rau đay, bánh plan, đu đủ, nước chanh.

Tue: Thịt gà chiên mắm tỏi, bó xôi xào, canh hẹ đậu hủ tôm, sữa chua táo, dưa hấu, nước tắc.

Wed: Tôm Hoàng Kim, mồng tơi xào tỏi, canh chua rau muống, sữa chua nho, chuối cau, nước chanh dây.

Thu: Thịt khìa nước dừa, giá hẹ xào, canh tàng ô nấu thịt, sữa chua, nho Mỹ, nước tắc.

Fri: Trứng sốt cà chua phômai, bắp cải xào, canh khoai từ nấu tôm khô.

BRUNCH

Mon: Mì quảng sườn, sữa

Tue: Súp cua nấm tuyết, sữa

Wed: Cháo lươn đậu xanh, sữa

Thu: Mì nấu thịt, sữa

Fri: Cháo thịt bò băm, sữa

DINNER

Mon: Gà kho, canh bầu, bánh plan

Tue: Thịt ram, canh cải nhún, sữa chua

Wed: Trứng chiên, canh rau dền, chuối cau

Thu: Canh bí đỏ, cá hủ kho, đu đủ

Fri:Thịt kho mặn,
canh cải thảo, sữa chua



MENU 22/7 - 26/7

BREAKFAST

LUNCH

BRUNCH

DINNER

MON Hủ tiếu nam vang, salad nga, sữa

Đùi gà nấu pate, cải thìa sốt dầu hào, canh bí xanh nấu tôm, banh plan, đu đủ, nước tắc

Súp cá, sữa

Tôm ram, canh cải nhún, chuối cau

TUE Bún mọc thịt, khoai lang hấp, sữa

Cá chẽm sốt chanh dây, bông cải xào tôm, canh chua rau muống, sữa chua táo, chuối cau, nước chanh dây

Hoành thánh, sữa

Thịt heo kho, canh bí đỏ, đu đủ

WED Súp cua biển, bánh ướt, sữa

Thịt bò xào khoai tây, mướp xào nấm rơm, canh cua rau đay, sữa chua dâu, xoài cát, nước chanh

Nui nấu tôm thịt, sữa

Cá hủ kho, canh rau dền, bánh plan

THU Mì trứng hải sản, bắp luộc, sữa

Thịt kho trứng cút, mồng tơi xào tỏi, canh chua nghêu, sữa chua, nho, nước tắc.

Phở gà, sữa

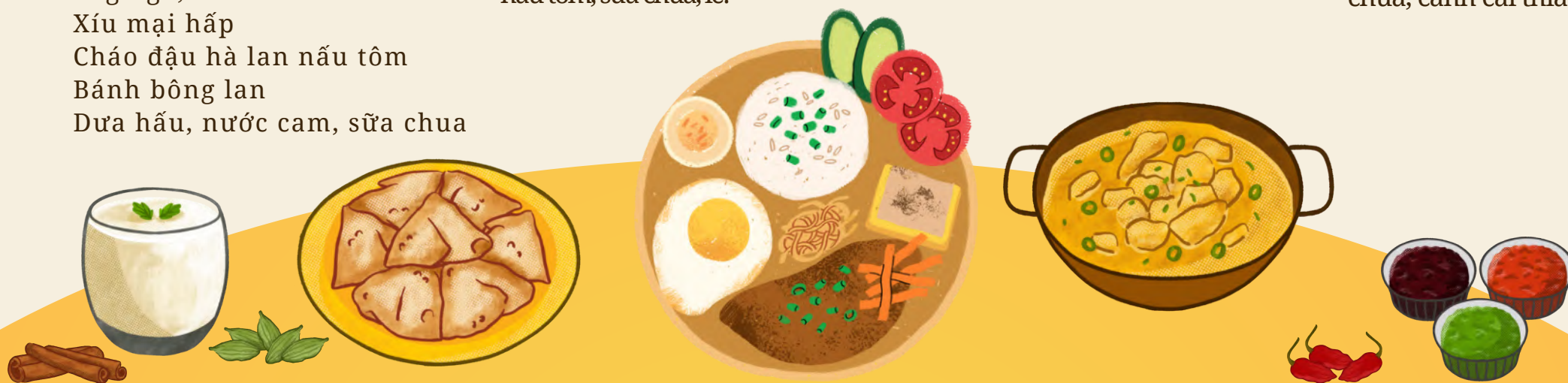
Gà kho gừng, canh bầu, nho mỹ

FRI **BUFFET CUỐI TUẦN**
Lagu gà, bánh mì
Xíu mại hấp
Cháo đậu hà lan nấu tôm
Bánh bông lan
Dưa hấu, nước cam, sữa chua

Cá lóc hấp bầu, bó xôi xào tỏi, canh bí đỏ nấu tôm, sữa chua, lê.

Bún riêu cua, sữa

Thịt bò xay sốt cà chua, canh cải thìa





Trường Mầm non Trí Đức 1

MENU 29/7 - 2/8

Mond

Sáng: Nui sườn, trứng cút luộc, sữa

Trưa: Cá hủ kho tiêu, rau củ luộc kho quẹt, canh rau bồ ngót nấu nạc dăm, bánh plan, đu đủ, nước chanh.

Xế: Mì quảng gà tôm, sữa

Chiều: Trứng chiên phômai, canh mồng tơi nấu cua đồng, lê

TUE

Sáng: Mì trứng nấu hải sản, bắp luộc, uống sữa

Trưa: Mực xào chua ngọt, chả trứng hấp, canh bí xanh nấu tôm, sữa chua táo, chuối cau, nước tắc

Xế: Cháo óc heo bí đỏ, sữa

Chiều: Cốt lếch ram, canh cải nhún, bánh plan

WED

Sáng: Hủ tiếu nạc dăm, Phômai, sữa

Trưa: Gà tiềm, rau xà lách trộn trứng, canh chua rau muống, sữa chua nho, thanh long, nước chanh dây.

Xế: Hoành thánh tôm, sữa

Chiều: Bò sốt cà chua, canh cải ngọt, sữa chua cam



THU

Sáng: Bún riêu cua, sữa

Trưa: Thịt kho củ cải, hến xào bánh phồng tôm, canh tần ô thịt nạc, sữa chua, xoài, nước tắc.

Xế: Phở gà, sữa

Chiều: Cá lóc kho thơm, canh rau dền, bánh plan

FRI

Sáng: (BUFFET) Cơm chiên Dương Châu, cá tẩm bột xù, xúc xích Đức, bánh lá cẩm, súp tóc tiên, bánh phômai, chuối cau, nước sâm, sữa chua.

Trưa: Tàu hủ non sốt thịt băm, cải thìa sốt dầu hào, canh bí đỏ nấu tôm, sữa chua, nước tắc, sữa.

Xế: Bún bò huế, sữa

Chiều: Thịt kho trứng cút, canh chua rau muống, nho mỹ



TRI DUC
KINDERGARTEN

THỰC ĐƠN
THỨ BẢY



THÁNG
8/2024



TUẦN 1

Sáng: Nui sao thịt heo, rau củ; Uống sữa vinamilk; Nước chanh dây.

Trưa: Cá lóc hấp bầu, Canh rau mồng tơi nấu tôm; Cải ngọt xào tỏi; Sữa chua; Đu đủ

Xế: Bún mọc; Uống sữa vinamilk

TUẦN 3

Sáng: Hủ tiếu nạc dăm; Uống sữa vinamilk; Nước chanh dây

Trưa: Cơm tấm, sườn, chả trứng; Dưa leo, cà chua; Canh khoai tây, cà rốt, củ dền; Nho Mỹ

Xế: Cháo đậu xanh bí đỏ; Uống sữa vinamilk

TUẦN 2

Sáng: Bún mọc, nấm mèo, cà rốt; Uống sữa vinamilk; Nước chanh.

Trưa: Gà nấu nấm đông cô; Canh tần ô nấu tôm; Mướp hương xào nấm rơm; Bánh flan; Dưa hấu

Xế: Hoành thánh tôm, cà rốt, Uống sữa vinamilk

TUẦN 4

Sáng: Súp tóc tiên nấu thịt gà, trứng; Uống sữa vinamilk; Nước tắc

Trưa: Trứng hấp đậu hủ non, phomai, nạc dăm; Canh bí đỏ nấu tôm khô; Bó xôi xào tỏi; Sữa chua táo; Chuối cau.

Xế: Phở bò, bò viên, rau quế; Uống sữa vinamilk.



Menu 5.8 - 9.8

MN TRÍ ĐỨC 1



MON

Sáng: Súp hải sản, tóc tiên; Bánh gạo mặn; Uống sữa

Trưa: Cá Chém sốt tứ xuyên; Rau muống xào tỏi, Canh đậu hủ non, rong biển nấu nạc dăm; Bánh Flan, Đu đủ; Nước chanh

Xế: Nui xương, thịt, cà rốt; Uống sữa

Chiều: Trứng sốt thịt băm; Canh rau mồng tơi; Thanh long



TUE

Sáng: Bún bò; Bánh hời thịt nướng; Uống sữa

Trưa: Gà tiềm, bó xôi xào, canh bí xanh nấu tôm, sữa chua táo, nho mỹ, nước tắc.

Xế: Mì quảng sườn; Uống sữa

Chiều: Thịt cốt lết ram mặn; Canh bí xanh; chuối cau



WED

Sáng: Hủ tiếu nạc dăm; Phomai; Uống sữa

Trưa: Lươn om chuối, susu cà rốt xào, canh chua rau muống, sữa chua nho, thanh long, nước chanh dây

Xế: Canh bún cua đồng; Uống sữa

Chiều: Gà kho, canh cải thảo, sữa chua táo.



THU

Sáng: Cháo đậu hà lan nấu thịt; bắp luộc; Uống sữa

Trưa: Thịt ba chỉ kho trứng cút, giá hẹ xào, canh tần ô nấu tôm, sữa chua, xoài, nước tắc

Xế: Hoành thánh nấu tôm; Uống sữa

Chiều: Cá hú kho thơm, canh rau dền, bánh flan



FRI

Sáng: Mì trứng nấu tôm thịt; Uống sữa

Trưa: Cá basa ram muối, mướp hương nấm rơm xào; canh rau xà lách xoong nấu nạc dăm, sữa chua, nước chanh, uống sữa

Xế: SINH NHẬT THÁNG 8: Đùi gà nấu lagu + bánh mì sandwich, súp bắp tôm, xúc xích Đức, trứng cút bọc thịt, bánh bông lan, quýt thái, nho mỹ

Chiều: Thịt ba chỉ ram, canh rau muống, dưa hấu.



Menu

12/8/2024 - 16/8/2024

MON

SÁNG:

Hủ tiếu xương heo, thịt, cà rốt; Bánh mì; uống sữa

TRƯA:

Thịt vịt kho gừng; susu luộc; canh rau dền đỏ nấu tôm; bánh flan; đu đủ; nước chanh.

XẾ:

Mì quăng ếch đậu phộng; uống sữa.

CHIỀU:

Gà kho sả; canh bí đỏ; sữa chua

TUE

SÁNG:

Cháo thịt bò băm; bánh hời chả nướng; uống sữa

TRƯA:

Cá hủ kho mặn; mồng tơi xào tỏi; canh rong biển đậu hủ nấu gà; sữa chua táo; dưa hấu; nước tắc.

XẾ:

Nui nấu xương; uống sữa

CHIỀU:

Bò sốt cà chua; canh rau dền; chuối cau



WED

SÁNG:

Mì trứng nấu tôm mực; xôi gấc cốt dừa; uống sữa

TRƯA:

Trứng chưng thịt rau củ; bông cải xanh, trắng xào; Canh bí đỏ nấu tôm khô; sữa chua dâu; chuối già, nước chanh dây.

XẾ:

Lẩu cua đồng; uống sữa

CHIỀU:

Thịt kho; canh cải nhún; sữa chua cam.

THU

SÁNG:

Nui tôm thịt cà rốt; Phomai; uống sữa

TRƯA:

Đùi gà tiềm hạt sen, kỷ tử, củ năng; cải bó xôi xào; canh chua rau muống, sữa chua, lê đường, nước tắc

XẾ:

Phở bò viên thịt bò, uống sữa.

CHIỀU:

Cá basa sốt cà chua; canh khoai mỡ; bánh Flan

FRI

SÁNG:

Súp cua tuyết nhĩ, bánh rong biển, uống sữa

TRƯA:

Xíu mại thịt hấp sốt cà chua, thiên lý xào bơ tỏi. Canh khoai mỡ nấu tôm khô nạc dăm, sữa chua, nước chanh, chuối cau.

XẾ:

Bún thái hải sản, uống sữa.

CHIỀU:

Ba chỉ kho trứng, canh bí xanh, đu đủ.





TRI DUC
KINDERGARTEN

TRƯỜNG MN TRÍ ĐỨC 1

Menu 19.8 - 23.8

2

Sáng: Mì trứng hải sản; bánh gạo phomai; uống sữa

Trưa: Sườn non nấu đậu trắng; mồng tơi xào tỏi; canh cải nhún nấu nạc dăm, bánh flan, đu đủ, nước chanh.

Xế: Bánh canh cá lóc, uống sữa.

Chiều: Tôm rim, canh bầu, sữa chua

3

Sáng: Nui sao nấu xương thịt; trứng cút, uống sữa

Trưa: Cá diêu hồng sốt ớt đỏ, tương chua ngọt; rau cải thìa luộc; canh khoai mỡ nấu tôm khô; sữa chua táo, thanh long, nước tắc

Xế: Cháo thịt heo, đậu phụ, trứng gà; uống sữa.

Chiều: Thịt kho, canh cải nhún, bánh flan

4

Sáng: Bún mọc, phomai, uống sữa

Trưa: Gà hầm Bắc Kinh; rau cải bó xôi; canh đậu hủ non rong biển; sữa chua dâu, dưa hấu, nước chanh dây.

Xế: Hoàn thánh tôm thịt; uống sữa

Chiều: Cá hủ kho, canh rau dền, chuối cau.

5

Sáng: Súp tôm Phù dung; khoai lang, uống sữa

Trưa: Thịt kho đậu hủ nước dừa; bầu xào trứng; canh gà nấu lá giang; sữa chua, nho Mỹ, nước tắc

Xế: Bún riêu tôm; uống sữa.

Chiều: Bò sốt cà chua, canh bí đỏ, đu đủ

6

Sáng: Nui sao thịt; xôi bắp mỹ dừa mè, uống sữa

Trưa: Mực xào cà chua, cần tây, hành; trứng sốt cà chua; canh chua rau muống; sữa chua, nước chanh, chuối cau

Xế: Mì nấu sườn non, thịt nạc; uống sữa

Chiều: Gà kho gừng, canh cải thảo, sữa chua.





TRI DUC
KINDERGARTEN

Menu

19.8 - 23.8



2

Sáng: Mì trứng hải sản; bánh gạo phomai; uống sữa

Trưa: Sườn non nấu đậu trắng; mồng tơi xào tỏi; canh cải nhún nấu nạc dăm, bánh flan, đu đủ, nước chanh.

Xế: Bánh canh cá lóc, uống sữa.

Chiều: Tôm rim, canh bầu, sữa chua

3

Sáng: Nui sao nấu xương thịt; trứng cút, uống sữa

Trưa: Cá diêu hồng sốt ớt đỏ, tương chua ngọt; rau cải thìa luộc; canh khoai mỡ nấu tôm khô; sữa chua táo, thanh long, nước tắc

Xế: Cháo thịt heo, đậu phụ, trứng gà; uống sữa.

Chiều: Thịt kho, canh cải nhún, bánh flan

4

Sáng: Bún mọc, phomai, uống sữa

Trưa: Gà hầm Bắc Kinh; rau cải bó xôi; canh đậu hủ non rong biển; sữa chua dâu, dưa hấu, nước chanh dây.

Xế: Hoành thánh tôm thịt; uống sữa

Chiều: Cá hủ kho, canh rau dền, chuối cau.

5

Sáng: Súp tôm Phù dung; khoai lang, uống sữa

Trưa: Thịt kho đậu hủ nước dừa; bầu xào trứng; canh gà nấu lá giang; sữa chua, nho Mỹ, nước tắc

Xế: Bún riêu tôm; uống sữa.

Chiều: Bò sốt cà chua, canh bí đỏ, đu đủ

6

Sáng: Nui sao thịt; xôi bắp mỹ dừa mè, uống sữa

Trưa: Mực xào cà chua, cần tây, hành; trứng sốt cà chua; canh chua rau muống; sữa chua, nước chanh, chuối cau

Xế: Mì nấu sườn non, thịt nạc; uống sữa

Chiều: Gà kho gừng, canh cải thảo, sữa chua.



Menu 26.8 - 30/8

M

Sáng: Bún mọc rau củ, bắp luộc, uống sữa.

Trưa: Cà ri cá basa, rau cải thìa, canh rau đay mướp nấu cua đồng, bánh flan, đu đủ nước chanh.

Xế: Phở bò, uống sữa

Chiều: Ưc gà xào nấm, canh bầu, bánh flan

T

Sáng: Súp bào ngư tôm, uống sữa.

Trưa: BUFFET GALA HÈ

Cơm tấm sườn bì chả; Mì Spaghetti thịt bò băm; bông cải cà rốt xào tỏi; Bánh da lợn,; Bánh phồng tôm; Nho mỹ; bánh Flan; nước cam

Xế: Mì quăng gà, uống sữa

Chiều: Đậu hủ hấp tôm, đậu hà lan, canh cải bó xôi, bánh flan

W

Sáng: Hủ tiếu nam vang, bánh bò, uống sữa.

Trưa: Tôm sú sốt bơ đậu phộng, mồng tơi xào tỏi, canh chua rau muống, sữa chua nho, chuối cau, nước chanh dây.

Xế: Cháo óc heo bí đỏ đậu xanh, uống sữa.

Chiều: Cá hủ kho, canh rau dền, bánh flan.

F

Sáng: Nui xương thịt heo, uống sữa.

Trưa: Đùi gà tiêm, bó xôi xào, canh khoai mỡ tôm thịt, sữa chua, nước tắc, thanh long.

Xế: Mì trứng vịt tiêm, uống sữa

Chiều: Trứng chiên xúc xích, canh cải nhún, sữa chua

T

Sáng: Phở gà, phomai, uống sữa.

Trưa: Thịt ba chỉ khìa nước dừa, giá hẹ xào, canh tần ô nấu thịt nạc, sữa chua, nho mỹ nước tắc.

Xế: Bún riêu cua đồng, uống sữa

Chiều: Bò sốt cà chua, canh bí đỏ, đu đủ

THỰC ĐƠN TUẦN KHAI GIẢNG (04/9 - 06/9)

WEDNESDAY

Sáng:

Súp tóc tiên nấu tôm thịt, uống sữa.

Trưa:

Cá diêu hồng hấp; Cải thìa xào; Canh rau bồ ngót nấu nạc dăm; Bánh Flan, đu đủ, nước chanh.

Xế:

Nui nấu xương thịt cà rốt, uống sữa.

Chiều:

Thịt ba chỉ kho, canh rau mồng tơi, thanh long

THURSDAY

Sáng: **BUFFET KHAI GIẢNG**

Hủ tiếu sườn non, Nui sao nấu nạc dăm
Bún mọc, Phở bắp bò

Cơm chiên Dương Châu; Mì xào giòn
Bánh ướt thịt, Chả hải sản Cốm hồng
Gà Chicken Kebabs, Cá viên chiên
Nho mỹ, dưa hấu, bánh flan
Nước sâm, nước cam

Trưa:

Thịt nạc nấu trứng chiên, bó xôi xào, canh bí xanh nấu tôm, sữa chua táo, nước tắc.

Xế:

Cháo tôm nấu hạt điều, uống sữa.

Chiều:

Gà kho sả, canh bí xanh, bánh flan.

FRIDAY

Sáng:

Hủ tiếu nạc dăm, uống sữa.

Trưa:

Thịt ba chỉ kho trứng cút, susu cà rốt xào, canh chua rau muống, sữa chua nho, thanh long, nước chanh dây

Xế:

Phở thịt gà, uống sữa.

Chiều:

Cá diêu hồng sốt cà chua, canh cải ngọt, sữa chua táo





TRI DUC
KINDERGARTEN

TRƯỜNG MẦM NON TRÍ ĐỨC 1

THỰC ĐƠN THỨ 7 THÁNG 9/2024

TUẦN 1

Sáng: Nui sào thịt heo, uống sữa, nước chanh dây.

Trưa: Cá diêu hồng hấp bầu, canh mồng tơi nấu tôm, cải ngọt xào tỏi, sữa chua dâu, đu đủ.

Xế: Hủ tiếu mì hải sản, uống sữa.

TUẦN 2

Sáng: Bún mọc, uống sữa, nước chanh.

Trưa: Thịt kho trứng cút, canh súp rau củ, bánh flan, dưa hấu.

Xế: Hoàn thánh tôm, uống sữa.

TUẦN 3

Sáng: Hủ tiếu nạc dăm, trứng cút, uống sữa, nước chanh dây.

Trưa: Gà nấu nấm đông cô, canh tần ô nấu tôm, mướp xào nấm rơm, sữa chua nho, lê đường.

Xế: cháo bí đỏ đậu xanh, uống sữa.

TUẦN 4

Sáng: Súp tóc tiên nấu thịt tôm trứng, uống sữa, nước tắc.

Trưa: Tôm thịt kho quẹt, canh bí đỏ tôm khô, bó xôi xào tỏi, sữa chua táo, chuối cau.

Xế: Phở gà, uống sữa.



TRI DUC
KINDERGARTEN

MENU 09.09 - 13.09

Monday

Sáng: Bún mọc, khoai lang, uống sữa.

Trưa: Thịt vịt kho gừng, rau muống xào tỏi, canh đậu hủ non, rong biển nấu nạc dăm, bánh flan đủ, nước chanh.

Xế: Nui xương thịt, uống sữa.

Chiều: Trứng sốt thịt băm, canh rau mồng tơi, thanh long.

Tuesday

Sáng: Súp bào ngư, xôi vò, uống sữa.

Trưa: Thịt gà chưng tuyệt nhĩ, cải thìa sốt dầu hào, canh bí xanh nấu tôm, sữa chua táo, thanh long, nước tắc.

Xế: Mì quảng gà tôm, uống sữa.

Chiều: Thịt ram mặn, canh bí xanh, chuối cau.

Wednesday

Sáng: Hủ tiếu nạc dăm, phomai, uống sữa.

Trưa: Xá xíu sốt cà chua, susu cà rốt xào, canh chua rau muống, sữa chua nho, chuối cau, nước chanh dây.

Xế: Canh bún cá rô đồng, uống sữa.

Chiều: Gà kho, canh cải thảo, chuối cau.

Thursday

Sáng: Cháo đậu hà lan nấu thịt nạc, uống sữa.

Trưa: Thịt ba chỉ kho trứng cút, giá xào, canh tần ô nấu tôm, sữa chua dưa hấu nước tắc.

Xế: Hoàn thánh nấu tôm, uống sữa.

Chiều: Cá hủ kho thơm, canh rau dền, bánh flan.

Friday

Sáng: Mì trứng nấu tôm thịt, uống sữa.

Trưa: Càry cá, mướp hương xào nấm rơm, canh rau xà lách xoong nấu nạc dăm, sữa chua, nước chanh.

Xế: BUFFET SINH NHẬT THÁNG 9.

Chiều: Thịt kho đậu hủ, canh rau muống, dưa hấu.

BUFFET SINH NHẬT THÁNG 9

- + Sườn non nấu lagu, bánh mì sandwich
- + Súp bắp tôm;
- + Cá viên chiên, xúc xích đức, trứng cút bọc thịt;
- + Bánh bông lan, bánh gạo mặn;
- + Nho mỹ, uống sữa

MENU 16/9 - 20/9

BREAKFAST

LUNCH

BRUNCH

DINNER

MON Phở gà, trứng cút luộc, sữa

Cá lóc, thịt kho mặn, cải thìa luộc, canh rau đay, mướp nấu cua, bánh Flan, đu đủ, nước chanh

Mì quảng sườn non, sữa

Gà kho, canh bầu, chuối cau

TUE Súp cua nấm tuyết trứng, sữa

Thịt gà hon đậu trắng, bó xôi xào, canh đậu hủ hẹ nấu tôm, sữa chua táo, sữa dâu

TRUNG THU PHÁ CỔ
Pizza Domino, Mì ý, nui sao nấu thịt, cà rốt, nước sâm, nước tắc, uống sữa

Cháo tôm bí đỏ
Bánh Flan

WED Bún riêu cua, phomai, sữa

Tôm Hoàng Kim, mỏng tỏi xào tỏi, canh rau muống nấu chua, Sữa chua nho, chuối cau, nước chanh dây

Nui nấu tôm thịt, sữa

Trứng chiên phomai
canh rau dền, chuối

THU Hủ tiếu nam vang, bánh ướt, sữa

Cốt lếch ram mặn, chả trứng, canh súp nấu nạc dăm, sữa chua, thanh long, nước tắc.

Bánh canh cá lóc, sữa

Cá hủ kho, canh bí đỏ, đu đủ.

FRI Cháo thịt bò băm, sữa chua

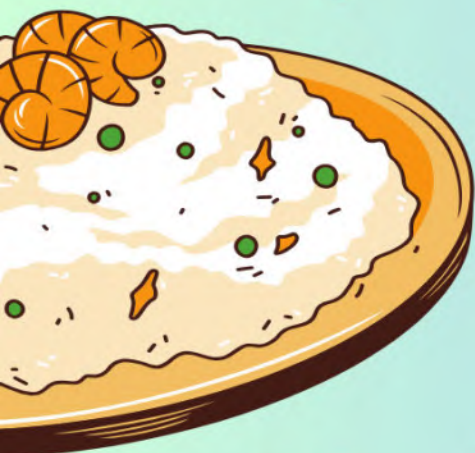
Chả Long Phụng, mỏng tỏi xào tỏi, canh khoai tây nấu tôm khô nạc dăm, sữa chua, nước tắc, lê đường

Hoành thánh nấu tôm, sữa

Ba chỉ kho mặn, canh cải thảo, sữa chua



MENU 23/9 - 27/9



THỨ 2

SÁNG: Súp tóc tiên, bánh mì sandwich kẹp pate, uống sữa

TRƯA: Gà kho bắp non, cà rốt, nấm đông cô, cải thìa xào, canh rau cải nhún nấu tôm; bánh flan, đu đủ, nước chanh.

XẾ: Hủ tiếu tôm thịt, uống sữa

CHIỀU: tôm xào đậu cove, canh bí đỏ, sữa chua



THỨ 3

SÁNG: Cháo hạt sen nấu tôm, bắp luộc; uống sữa.

TRƯA: Cá basa om cà tím, mồng tơi xào tỏi, canh bí đỏ nấu tôm, sữa chua táo, dưa hấu, nước tắc.

XẾ: Lẩu cua; uống sữa

CHIỀU: Gà kho gừng, canh rau dền, chuối cau



THỨ 4

SÁNG: Mì trứng nấu hải sản; Phomai, uống sữa.

TRƯA: Chả cá viên sốt chua ngọt, mướp hương xào nấm, canh mồng tơi rau dền nấu cua, sữa chua dâu, thanh long, nước chanh dây

XẾ: Phở gà; uống sữa

CHIỀU: Thịt kho đậu hủ, canh cải ngọt, sữa chua cam



THỨ 5

SÁNG: Bún riêu cua, bánh bông nhài; uống sữa.

TRƯA: Thịt ba chỉ kho trứng cút; giá hẹ xào, canh chua rau muống, sữa chua, lê đường, nước tắc.

XẾ: Nui nấu xương; uống sữa

CHIỀU: Cá hủ kho, canh mùng tơi, bánh flan.

THỨ 6

SÁNG BUFFET: Xôi mặn gà xé, gà Chicken Kebabs, hủ tiếu thịt, mì xào hải sản, khoai chiên, nước cam, dưa hấu, uống sữa

TRƯA: Bò kho tứ quý, bò xôi xào, canh mây hồng, sữa chua, chuối cau, nước chanh

XẾ: Cháo lươn nấu đậu xanh bí đỏ, uống sữa

CHIỀU: Trứng chiên thịt, canh bí xanh, đu đủ



TRI DUC
KINDERGARTEN

MENU 30/9 - 05/10

Monday

Sáng: Phở gà, bánh gạo, uống sữa
Trưa: Cá chẽm sốt tỏi xuyên, rau muống xào tỏi, canh rong biển nấu nạc dăm đậu hủ non, bánh Flan, đu đủ, nước chanh.

Xế: Nui xương, thịt, cà rốt, sữa

Chiều: Trứng sốt thịt băm, canh mồng tơi, thanh long

Tuesday

Sáng: Bún bò, bánh hời thịt nướng, uống sữa

Trưa: Thịt gà tiềm long nhãn, kỷ tử, củ năng, cà rốt, nấm; bô xôi xào, cánh bí xanh nấu tôm, sữa chua táo, nho mỹ, nước tắc.

Xế: Mì quảng tôm, sườn non, sữa

Chiều: Thịt ram, canh bí xanh, chuối cau

Wednesday

Sáng: Hủ tiếu nạc dăm, phomai, uống sữa

Trưa: Lươn om chuối, đậu, susu cà rốt xào. Canh chua rau muống, sữa chua nho, thanh long, nước chanh dây.

Xế: Canh bún cua đông, uống sữa

Chiều: Gà kho, canh cải thảo, sữa chua táo

Thursday

Sáng: Cháo đậu hà lan nấu thịt băm, bắp luộc, uống sữa

Trưa: Thịt ba chỉ kho củ cải, giá hẹ xào, canh tần ô nấu tôm, sữa chua, xoài, nước tắc.

Xế: Hoàn thành nấu tôm, sữa

Chiều: Cá hủ kho thơm, canh rau dền, bánh flan.

Friday

Sáng: Mì trứng nấu tôm, thịt, uống sữa.

Trưa: Cá basa ram muối sả, nước lèo nấm rơm xào, canh xà lách xoong nấu nạc dăm, sữa chua, nước chanh, uống sữa.

Xế: Buffet Sinh nhật Tháng 10

Chiều: Thịt kho trứng cút, canh rau muống, dưa hấu

Buffet

Sinh nhật tháng 10

Đùi gà nấu lagu, bánh mì sandwich

Súp bắp tôm,

Xúc xích Đức

Trứng cút bọc thịt

Bánh bông lan

Nước cam

Nho mỹ



MENU THỨ BẢY THÁNG 10/2024



TUẦN 1: NGÀY 05/10

- SÁNG: HOÀNH THÁNH TÔM, UỐNG SỮA, NƯỚC CHANH
- TRƯA: CÁ ĐIỀU HỒNG SỐT CÀ CHUA, CANH RAU MÙNG TƯƠI NẤU TÔM, GIÁ HẸ XÀO.
- BÉ VÀO BẾP: SỮA CHUA DÂU, CHUỐI CAU
- XẾ: HỦ TIẾU NẠC DẪM, UỐNG SỮA

TUẦN 2: NGÀY 12/10

- SÁNG: NUI SAO THỊT HEO, UỐNG SỮA, NƯỚC CHANH DÂY
- TRƯA: THỊT BA CHỈ KHO TRỨNG CÚT, CANH CẢI THẢO.
- BÉ VÀO BẾP: BÁNH PLAN, DƯA HẤU
- XẾ: HOÀNH THÀNH TÔM, UỐNG SỮA

TUẦN 3: NGÀY 19/10

- SÁNG: BÚN MỘC, UỐNG SỮA, NƯỚC TẮC
- TRƯA: GÀ NẤU NẤM ĐÔNG CÔ, CANH TẦN Ô NẤU TÔM, MƯỚP HƯƠNG XÀO NẤM RƠM, SỮA CHUA NHO, LÊ ĐƯỜNG
- XẾ: CHÁO THỊT ĐẬU XANH BÍ ĐỎ, UỐNG SỮA

TUẦN 4: NGÀY 26/10

- SÁNG: SÚP TÓC TIÊN, UỐNG SỮA, NƯỚC TẮC
- TRƯA: TRỨNG HẤP ĐẬU HỦ NON PHOMAI NẠC DẪM, CÁNH BÍ ĐỎ NẤU TÔM KHÔ, BÓ XÔI XÀO TỎI, SỮA CHUA TÁO, CHUỐI CAU
- XẾ: PHỞ GÀ BÒ VIÊN, UỐNG SỮA



MENU 07/10- 11/10/2024

SÁNG

- THỨ 2: BÚN BÒ HUẾ, KHOAI LANG, UỐNG SỮA
- THỨ 3: CHÁO THỊT BÒ BĂM, UỐNG SỮA
- THỨ 4: MÌ TRỨNG NẤU HẢI SẢN, UỐNG SỮA
- THỨ 5: SÚP MỘC NHỈ NẤU TÔM, PHOMAI, UỐNG SỮA
- THỨ SÁU: BUFFET CUỐI TUẦN

CƠM CHIÊN DƯƠNG CHÂU, BÁNH HỎI NEM NƯỚNG, GÀ XÉ TRỘN RAU RĂM, TRỨNG CÚT LUỘC, NUI SAO TÔM THỊT, BÁNH GẠO HÀN QUỐC, SỮA CHUA, NƯỚC SÂM, ỒI, DƯA HẦU

TRƯA

- THỨ 2: CÁ LÓC KHO TỘ, BẦU LUỘC, CANH RAU CẢI NHÚN NẤU NẠC DẪM, BÁNH FLAN, ĐU ĐỦ, NƯỚC CHANH.
- THỨ 3: VỊT OM KHOAI MÔN, CANH GÀ RONG BIỂN ĐẬU HŨ, SỮA CHUA TÁO, DƯA HẦU, NƯỚC TẮC
- THỨ 4: ĐẬU PHỤ TỬ XUYÊN, MỒNG TƠI XÀO TỎI, CANH BÍ ĐỎ NẤU TÔM KHÔ, SỮA CHUA DÂY, CHUỐI GIÀ, NƯỚC CHANH DÂY
- THỨ 5: CHẢ LONG PHỤNG, BÓ XÔI XÀO, CANH CHUA CÁ LÓC, SỮA CHUA, LÊ ĐƯỜNG, NƯỚC TẮC
- THỨ 6: TRỨNG OPLA PHOMAI, SUSU XÀO TÔM, CÀ RỐT, CANH CHUA RAU MUỐNG, NƯỚC TẮC, UỐNG SỮA

XẾ

- THỨ 2: HỦ TIẾU XƯƠNG THỊT, UỐNG SỮA
- THỨ 3: LẨU CUA ĐỒNG, UỐNG SỮA
- THỨ 4: NUI NẤU XƯƠNG, RAU CÙ, UỐNG SỮA
- THỨ 5: PHỞ BÒ VIÊN, THỊT BÒ, UỐNG SỮA
- THỨ SÁU: CHÁO ÓC HEO, BÍ ĐỎ, ĐẬU XANH, UỐNG SỮA



CHIỀU

- THỨ 2: GÀ PHILE XÀO MƯỚP, CANH BÍ ĐỎ, SỮA CHUA.
- THỨ 3: TÔM XÀO CỦ SẴN, CANH RAU DỀN, CHUỐI CAU
- THỨ 4: TRỨNG CHIÊN XÚC XÍCH, CANH CẢI XANH, SỮA CHUA CAM
- THỨ 5: CÁ BASA XÀO SẢ NGHỆ, CANH MỪNG TƠI, BÁNH FLAN
- THỨ SÁU: THỊT KHO TRỨNG CÚT, CANH BÍ XANH, SỮA CHUA



Menu 14.10 - 18.10

MN TRÍ ĐỨC 1



MON

Sáng: Phở bò viên, thịt bò; bắp luộc; Uống sữa

Trưa: Cá Diêu Hồng chưng; Cải thìa; Canh rau bồ ngót nấu nạc dăm; Bánh Flan, Nho Mỹ, Nước chanh

Xế: Nui tôm, thịt, cà rốt; Uống sữa

Chiều: Tôm xào cove nấm; Canh rau mồng tơi; Sữa chua



TUE

Sáng: Hoàn thánh tôm; bánh bò; Uống sữa

Trưa: Gà tiềm hạt sen kỷ tử, bó xôi xào, canh khoai mỡ, sữa chua táo, dưa hấu, nước tắc.

Xế: Bún thang; Uống sữa

Chiều: Thịt ba chỉ kho; Canh rau dền; chuối cau



WED

Sáng: Mì trứng nấu hải sản; trứng cút; Uống sữa

Trưa: Mực xào chua ngọt, mồng tơi xào tỏi, canh bí đỏ nấu tôm khô; sữa chua dâu; Nho mỹ, nước chanh dây.

Xế: Hủ tiếu nam vang; Uống sữa

Chiều: Cá hủ kho thịt, canh rau cải, sữa chua cam



THU

Sáng: Súp tóc tiên, Phomai; Uống sữa.

Trưa: Thịt ba chỉ kho trứng, nước dừa, giá hẹ xào, canh tần ô nấu tôm, sữa chua nho, chuối cau, nước tắc.

Xế: Mì quảng sườn non; Uống sữa

Chiều: Gà kho gừng, canh rau mùng tơi, bánh flan



FRI

Sáng: Buffet thứ sáu vui vẻ: Lagu gà bánh mì, bánh ướt chả lụa, bún mọc, bông cải xanh, bông cải trắng, cà rốt luộc, bánh bông nhài mini, sữa chua, nước cam, dưa hấu.

Trưa: Cá hủ kho mặn, mồng tơi xào tỏi, canh bầu nấu tôm, sữa chua, uống sữa

Xế: Cháo đậu xanh nấu sườn, uống sữa.

Chiều: Trứng Phomai, canh khoai mỡ, đu đủ.