

UBND PHƯỜNG TRUNG AN
TRƯỜNG MẦM NON PHƯỚC THẠNH

THỰC ĐƠN MẪU GIÁO TUẦN 19
Từ ngày 05 đến ngày 09 tháng 01 năm 2026

Thứ	Trưa	Phụ	Xê	Chiều
Thứ hai 05/01	- Rong biển thịt bằm (rong biển, cải trắng, đậu hũ, thịt heo, tôm thẻ, gừng). - Thịt gà kho gừng.	Nho ruby Sữa chua	Bánh phồng tôm thịt bằm (phồng tôm, củ sắn, cải đỏ, thịt heo, tôm khô, nấm rom).	Uống sữa Meta care
Thứ ba 06/01	- Canh mướp tôm thịt (mướp, bún tàu, đậu hũ, tôm thẻ, thịt heo). - Cá thu ngọt (cá thu, cà chua, củ cải trắng, cần).	Quýt đường Uống sữa chua	Cháo thịt bằm rau mầm.	Uống sữa Meta care
Thứ tư 07/01	- Canh hẹ nấu đậu hũ (hẹ, giá, đậu hũ, tôm thẻ, thịt heo) - Thịt kho cam.	Chôm chôm Sữa chua	Hủ tíu mì (hủ tíu, thịt heo, tôm khô, cải trắng, giá, hẹ, cần, củ sắn, cải muối)	Uống sữa Meta care
Thứ năm 08/01	- Canh đu đủ hầm sườn heo (đu đủ, đậu hũ, tôm thẻ, thịt sườn). - Thịt bò xào bông cải.	Chuối cau Uống sữa chua.	Bánh canh khoai mỡ (thịt heo, tôm khô, củ sắn, cải đỏ)	Uống sữa Meta care
Thứ sáu 09/01	- Canh chua cá điêu hồng (cá, tôm thẻ, cà chua, giá, khóm, rau muống, tắc) - Thịt kho trứng cút.	Dưa lưới Sữa chua	Nui ống rau củ (nui ống, súp lơ, bắp mỳ, cà rốt, củ sắn, nấm rom)	Uống sữa Meta care

Người lập



Trần Thị Thanh Diễm

Trung An, ngày 30 tháng 12 năm 2025

Hiệu trưởng



Nguyễn Thị Kiều Oanh

THỰC ĐƠN MẪU GIÁO TUẦN 20
Từ ngày 12 đến ngày 16 tháng 01 năm 2026

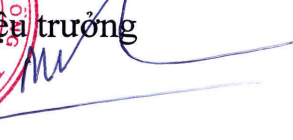
Thứ	Trưa	Phụ	Xế	Chiều
Thứ hai 13/01/2025	- Canh bầu nấu tôm thịt. - Thịt trứng sốt cà chua.	Quýt thái Sữa chua	Cháo cá lóc cải mầm.	Uống sữa Meta care
Thứ ba 14/01/2025	- Canh cải bó xôi thịt băm. - Thịt gà nấu súp lơ, cà rốt, hành tây, nấm.	Nho ruby Uống sữa chua	Súp tóc tiên (tóc tiên, thịt heo, tôm khô, cải đỏ, củ sắn, nấm rom).	Uống sữa Meta care
Thứ tư 15/01/2025	- Canh dưa hường, cải đỏ nấu đậu hũ, tôm, thịt. - Cá điêu hồng sốt chanh dây.	Dưa hấu Sữa chua	Hủ tíu nam vang (hủ tíu, thịt heo, tôm khô, trứng cút, giá, hẹ, củ sắn, củ cải trắng).	Uống sữa Meta care
Thứ năm 16/01/2025	- Canh bí đỏ tôm thịt - Thịt bò xào chua rau càng cua.	Dưa lưới Uống sữa chua.	Súp nấm tuyết (nấm tuyết, thịt heo, tôm khô, nui sao, súp lơ, cà rốt, su su).	Uống sữa Meta care
Thứ sáu 17/01/2025	- Canh cà chua, trứng gà, thịt heo, đậu hũ non. - Ba rọi kho tàu, trứng cút.	Nước chanh dây Sữa chua	Bánh canh sườn heo.	Uống sữa Meta care

Người lập


Trần Thị Thanh Diễm

Trung An, ngày 30 tháng 12 năm 2025



Hiệu trưởng

Nguyễn Thị Kiều Oanh

THỰC ĐƠN MẪU GIÁO TUẦN 21
Từ ngày 19 đến ngày 23 tháng 01 năm 2026

Thứ	Trưa	Phụ	Xê	Chiều
Thứ hai 19/01	- Canh khoai môn nấu tôm khô (khoai môn, rau dền, đậu hũ, tôm khô, thịt heo). - Ba rọi xào củ hủ dừa.	Quýt đường Sữa chua	Nui ống rau củ.	Uống sữa Meta care
Thứ ba 20/01	- Canh cải soong chả cá thác lác. - Thịt kho tam sắc.	Thanh long Uống sữa chua	Bún riêu thịt (bún, thịt heo, tôm khô, cà chua, củ sắn, rau muống, vị bún riêu).	Uống sữa Meta care
Thứ tư 21/01	Canh cải mầm nấu sườn heo, đậu hũ. - Thịt hầm ngũ vị (thịt heo, bắp non, đậu hà lan, nấm rơm, cải đỏ)	Quả lê Sữa chua	Cháo thịt băm.	Uống sữa Meta care
Thứ năm 22/01	- Canh rau tập tàng nấu tôm khô (rau dền, rau ngót, mỏng toi, muống, đậu hũ non, thịt heo, tôm khô). - Cá thu kho khóm.	Nho ruby Uống sữa chua.	Bún khô thịt băm (bún khô, thịt heo, tôm thẻ, củ sắn, cải muối, bông cải xanh).	Uống sữa Meta care
Thứ sáu 23/01	- Canh chua cá điêu hồng (cá, tôm thẻ, khóm, cà chua, đậu bắp, giá, tắc, rau thơm) - Thịt ram nước dừa.	Dưa lưới Sữa chua	Cháo vịt xiêm (gạo, thịt vịt, tôm khô, cải đỏ, củ sắn, nấm rơm).	Uống sữa Meta care

Người lập

Trần Thị Thanh Diễm

Trung An, ngày 30 tháng 12 năm 2025



Hiệu trưởng

Nguyễn Thị Kiều Oanh

THỰC ĐƠN MẪU GIÁO TUẦN 22
Từ ngày 26 đến ngày 30 tháng 01 năm 2026

Thứ	Trưa	Phụ	Xế	Chiều
Thứ hai 26/01	- Canh dưa hường nấu tôm thịt (dưa hường, thịt heo, đậu hũ, tôm thẻ). - Ngó sen xào thịt	Dưa lươi Sữa chua	Cháo hải sản (gạo, thịt heo, tôm thẻ, cải mầm).	Uống sữa Meta care
Thứ ba 27/01	- Canh khoai mỡ thịt băm (khoai mỡ, khoai lang, tôm thẻ, thịt heo). - Thịt bò xào cải bó xôi.	Nho mỹ Uống sữa chua	Nui ống rau củ (nui ống, củ sắn, su, cải đỏ, nấm rom, tôm khô, thịt heo).	Uống sữa Meta care
Thứ tư 28/01	- Canh gà hạt sen (bí đỏ, su, hạt sen, đậu hũ, tôm khô, thịt gà). - Cá hủ kho ngót (cá hủ, cà chua, củ cải trắng, cần)	Dưa hấu Sữa chua dâu	Hủ tíu nam vang (hủ tíu, giá, hẹ, trứng cút, củ cải muối, củ sắn, thịt heo, tôm khô).	Uống sữa Meta care
Thứ năm 29/01	- Canh bí xanh (bí xanh, đậu hũ non, thịt heo, tôm thẻ). - Thịt gà kho gừng.	Quýt đường Uống sữa chua.	Hoành thánh thịt băm (hoành thánh, thịt heo, tôm khô, củ sắn, súp lơ trắng, súp lơ xanh).	Uống sữa Meta care
Thứ sáu 30/01	- Canh chua tôm (tôm thẻ, thịt heo, cà chua, khóm, đậu bắp, giá, tắc, rau thơm). - Chả trứng.	Quả lê Sữa chua	Cháo lươn (gạo, lươn, thịt heo, tôm khô, khoai môn, rau răm).	Uống sữa Meta care

Người lập

Trần Thị Thanh Diễm

Trung An, ngày 30 tháng 12 năm 2025

Hiệu trưởng



Nguyễn Thị Kiều Oanh