

THỰC ĐƠN DINH DƯỠNG CỦA BÉ THÁNG 01 NĂM HỌC 2025-2026

Từ 05/01/2026 đến 31/01/2026

(Thực đơn có thể thay đổi trong ngày)

Tuần	Ngày tháng	Thứ trong tuần	Bữa ăn sáng	Bữa ăn trưa cả trường	Bữa ăn phụ chiều nhà trẻ	Bữa ăn phụ chiều mẫu giáo	Bữa chiều (NT)
Tuần I	T2/05/01	Thứ hai	Bún , xương hầm, thịt lợn	Cơm tám + Thịt lợn băm, đậu phụ sốt cà chua + Canh xương Bì đỏ (Su su)	Bánh gạo ngọt	Chè đỗ đen + Bánh gạo ngọt	Cơm tám + Thịt dim cà chua + Canh rau
	T3/06/01	Thứ ba	Xôi, thịt băm	Cơm tám + Thịt lợn trứng + Canh xương khoai tây, cà rốt	Bánh ngọt	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm
	T4/07/01	Thứ tư	Bún, xương hầm, thịt lợn băm (mọc lợn)	Cơm tám + Thịt bò sốt vang + Canh thịt băm nấu rau	Bánh quy	Sữa đậu nành + Bánh ngọt	Cơm tám + Thịt dim cà chua + Canh rau
	T5/08/01	Thứ năm	Phở (Bánh đa), xương hầm, thịt gà	Cơm tám + Thịt gà rang + Canh xương rau cải	Quả chuối	Cháo xương gà hầm + thịt gà	Cháo xương gà hầm + thịt gà
	T6/09/01	Thứ sáu	Cháo xương hầm, thịt lợn, đỗ xanh	Cơm tám + Ruốc cá + Canh dưa chua nấu cá	Bánh bông lan	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm
	T7/10/01	Thứ bảy	Bún , xương hầm, thịt lợn	Cơm tám + Thịt lợn băm, đậu phụ sốt cà chua + Canh xương Bì đỏ (Su su)	Bánh Omeli	Sữa đậu nành + Bánh gạo mặn	Cơm tám + Thịt dim cà chua + Canh rau
Tuần II	T2/12/01	Thứ hai	Bún , xương hầm, thịt lợn	Cơm tám + Thịt lợn băm, đậu phụ sốt cà chua + Canh xương Bì xanh (Su su)	Bánh gạo ngọt	Cháo xương hầm + thịt lợn	Cháo xương hầm + thịt lợn
	T3/13/01	Thứ ba	Xôi, ruốc	Cơm tám + Thịt gà rang + Canh xương rau cải	Bánh gạo mặn	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm
	T4/14/01	Thứ tư	Bún, xương hầm, thịt lợn băm (mọc lợn)	Cơm tám + Thịt bò sốt vang + Canh thịt băm nấu rau	Bánh Omeli	Sữa đậu nành + Bánh gạo mặn	Cơm tám + Thịt dim cà chua + Canh rau
	T5/15/01	Thứ năm	Phở (Bánh đa), xương hầm, thịt gà	Cơm tám + Thịt lợn trứng cắt kho tàu + Canh su su (Bí xanh)	Quả chuối	Cháo xương hầm + thịt lợn	Cháo xương hầm + thịt lợn
	T6/16/01	Thứ sáu	Cháo xương hầm, thịt lợn, đỗ xanh	Cơm tám + Cá + Canh dưa chua nấu cá	Bánh Omeli	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm

Tuần III	T2/19/01	Thứ hai	Bún , xương hầm, thịt lợn	Cơm tám + Thịt lợn băm, đậu phụ sốt cà chua + Canh xương Bì đỏ (Su su)	Bánh gạo ngọt	Chè đỗ đen + Bánh gạo ngọt	Cơm tám + Thịt dìm cà chua + Canh rau
	T3/20/01	Thứ ba	Xôi, thịt băm	Cơm tám + Thịt lợn trứng + Canh xương khoai tây, cà rốt	Bánh ngọt	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm
	T4/21/01	Thứ tư	Bún, xương hầm, thịt lợn băm (mọc lợn)	Cơm tám + Thịt bò sốt vang + Canh thịt băm nấu rau	Bánh quy	Sữa đậu nành + Bánh ngọt	Cơm tám + Thịt dìm cà chua + Canh rau
	T5/22/01	Thứ năm	Phở (Bánh đa), xương hầm, thịt gà	Cơm tám + Thịt gà rang + Canh xương rau cải	Quả chuối	Cháo xương hầm + thịt gà	Cháo xương hầm + thịt gà
	T6/23/01	Thứ sáu	Cháo xương hầm, thịt lợn, đỗ xanh	Cơm tám + Ruốc cá + Canh dưa chua nấu cá	Bánh bông lan	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm
Tuần IV	T2/26/01	Thứ hai	Bún , xương hầm, thịt lợn	Cơm tám + Thịt lợn băm, đậu phụ sốt cà chua + Canh xương Bì (Su su)	Bánh gạo ngọt	Cháo xương hầm + thịt lợn	Cháo xương hầm + thịt lợn
	T3/27/01	Thứ ba	Xôi, ruốc	Cơm tám + Thịt gà rang + Canh xương rau cải	Bánh gạo mặn	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm
	T4/28/01	Thứ tư	Bún, xương hầm, thịt lợn băm (mọc lợn)	Cơm tám + Thịt bò sốt vang + Canh thịt băm nấu rau	Bánh Omeli	Sữa đậu nành + Bánh gạo mặn	Cơm tám + Thịt dìm cà chua + Canh rau
	T5/29/01	Thứ năm	Phở (Bánh đa), xương hầm, thịt gà	Cơm tám + Thịt lợn trứng cắt kho tàu + Canh su su (Bí), cà rốt	Quả chuối	Cháo xương hầm + thịt lợn	Cháo xương hầm + thịt lợn
	T6/30/01	Thứ sáu	Cháo xương hầm, thịt lợn, đỗ xanh	Cơm tám + Cá + Canh dưa chua nấu cá	Bánh Omeli	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm	Phở (Bánh đa) xương hầm, thịt lợn băm

Người lập



Vũ Thị Kim Huê

Phụ trách công tác bán trú



Nguyễn Thị Nhung

Hiệu trưởng



Đỗ Thị Minh Mẫn