

BẢNG THỰC ĐƠN DINH DƯỠNG HÀNG NGÀY CỦA TRẺ

Ngày 3 - 7 / 11 / 2025

(Thực đơn có thể thay đổi trong ngày)

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Sáng (NT - MG) 7h45	Bún thịt lợn nước xương hầm	Cháo thịt gà xương hầm	Xôi lạc vừng	Bún thịt lợn xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm
Trưa (NT - MG) NT: 10h15 MG: 10h30	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
	Thịt lợn dim cà chua	Thịt lợn xào trứng vịt	Cá trắm dim cà chua	Thịt gà xào ngô ngọt, su su, cà rốt	Thịt bò xào giá đỗ
Phụ (MG) 14h15	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương củ quả	Canh dưa cá	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương rau
	Nước đậu	Bún thịt bò xương hầm	Chuối chín	Chè đỗ đen	Phở thịt ngan xương hầm
Phụ (NT) 14h15	Bánh trứng Tipo		Bánh one	Bánh ốc quế	
	Nước đậu	Bánh one ngọt	Bánh one	Chè đỗ đen	Bánh one ngọt
Chiều (NT) 15h	Cháo thịt lợn xương hầm	Bún thịt bò xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm	Phở thịt lợn xương hầm	Phở thịt ngan xương hầm

Người lập



Vũ Thị Hồng Thắm

Hiệu Trưởng



Lò Thị Kim Thông

BẢNG THỰC ĐƠN DINH DƯỠNG HÀNG NGÀY CỦA TRẺ

Ngày 10 - 14/ 11/ 2025

(Thực đơn có thể thay đổi trong ngày)

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Bữa sáng (NT - MG) 7h45	Bún gà nước xương hầm	Cháo thịt bò xương hầm	Xôi thịt băm	Bún thịt lợn xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm
Bữa trưa (NT - MG) NT: 10h15 MG: 10h30	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
	Thịt lợn dim đậu phụ cà chua	Chả trứng trộn thịt lợn	Ruốc cá trích	Thịt gà xào ngô ngọt, su su, cà rốt	Thịt lợn kho tàu trứng cút
Bữa phụ (MG) 14h15	Sữa đậu nành	Bún thịt ngan xương hầm	Chuối chín	Chè đỗ đen	Phở thịt bò xương hầm
	Bánh Tráng Tipo	Bánh gạo	Bánh gạo	Bánh ốc quế	Phở thịt bò xương hầm
Bữa phụ (NT) 14h15	Sữa đậu nành	Bánh gạo	Chuối chín	Chè đỗ đen	Bánh gạo
Bữa chiều (NT) 15h	Cháo thịt lợn xương hầm	Bún thịt ngan xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm	Phở thịt lợn xương hầm	Phở thịt bò xương hầm

Người lập



Vũ Thị Hồng Thắm

Hiệu Trưởng



Lê Thị Kim Thông

BẢNG THỰC ĐƠN DINH DƯỠNG HÀNG NGÀY CỦA TRẺ

Ngày 17 - 21 / 11 / 2025

(Thực đơn có thể thay đổi trong ngày)

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Sáng (NT - MG) 7h45	Bún thịt lợn nước xương hầm	Cháo thịt gà xương hầm	Xôi lạc vùng	Bún thịt lợn xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm
Trưa (NT - MG) NT: 10h15 MG: 10h30	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
	Thịt lợn đim cà chua	Thịt lợn xào trứng vịt	Cá trắm đim cà chua	Thịt gà xào ngô ngọt, su su, cà rốt	Thịt bò xào giá đỗ
Phụ (MG) 14h15	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương củ quả	Canh dưa cá	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương rau
	Nước đậu	Bún thịt bò xương hầm	Chuối chín	Chè đỗ đen	Phở thịt ngan xương hầm
Phụ (NT) 14h15	Bánh trứng Tipo		Bánh one	Bánh ốc quế	
	Nước đậu	Bánh one ngọt	Bánh one	Chè đỗ đen	Bánh one ngọt
Chiều (NT) 15h	Cháo thịt lợn xương hầm	Bún thịt bò xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm	Phở thịt lợn xương hầm	Phở thịt ngan xương hầm

Người lập



Vũ Thị Hồng Thắm

Hiệu Trưởng



Lô Thị Kim Thông

Trưởng mâm non Him Lam

BẢNG THỰC ĐƠN DINH DƯỠNG HÀNG NGÀY CỦA TRẺ

Ngày 24 - 28/ 11/ 2025

(Thực đơn có thể thay đổi trong ngày)

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Bữa sáng (NT - MG) 7h45	Bún gà nước xương hầm	Cháo thịt bò xương hầm	Xôi thịt băm	Bún thịt lợn xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm
	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
Bữa trưa (NT - MG) NT: 10h15 MG: 10h30	Thịt lợn đim đậu phụ cà chua	Chả trứng trộn thịt lợn	Ruốc cá trích	Thịt gà xào ngô ngọt, su su, cà rốt	Thịt lợn kho tàu trứng cút
	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương củ quả	Canh dưa cá	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương rau
Bữa phụ (MG) 14h15	Sữa đậu nành	Bún thịt ngan xương hầm	Chuối chín	Chè đỗ đen	Phở thịt bò xương hầm
	Bánh Trứng Tipo	Bánh gạo	Bánh gạo	Bánh ốc quế	
Bữa phụ (NT) 14h15	Sữa đậu nành	Bánh gạo	Chuối chín	Chè đỗ đen	Bánh gạo
Bữa chiều (NT) 15h	Cháo thịt lợn xương hầm	Bún thịt ngan xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm	Phở thịt lợn xương hầm	Phở thịt bò xương hầm

Người lập

Vũ Thị Hồng Thắm

Hiệu Trưởng

Tô Thị Kim Thông



BẢNG THỰC ĐƠN DINH DƯỠNG HÀNG NGÀY CỦA TRẺ

Ngày 1 - 5 / 12/ 2025

(Thực đơn có thể thay đổi trong ngày)

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Sáng (NT - MG) 7h45	Bún thịt lợn nước xương hầm	Cháo thịt gà xương hầm	Xôi lạc vùng	Bún thịt lợn xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm
Trưa (NT - MG) NT: 10h15 MG: 10h30	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
	Thịt lợn đim cà chua	Thịt lợn xào trứng vịt	Cá trắm đim cà chua	Thịt gà xào ngô ngọt, su su, cà rốt	Thịt bò xào giá đỗ
	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương củ quả	Canh dưa cá	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương rau
Phụ (MG) 14h15	Nước đậu	Bún thịt bò xương hầm	Chuối chín	Chè đỗ đen	Phở thịt ngan xương hầm
	Bánh trứng Tipo		Bánh one	Bánh ốc quế	
Phụ (NT) 14h15	Nước đậu	Bánh one ngọt	Bánh one	Chè đỗ đen	Bánh one ngọt
Chiều (NT) 15h	Cháo thịt lợn xương hầm	Bún thịt bò xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm	Phở thịt lợn xương hầm	Phở thịt ngan xương hầm

Người lập



Vũ Thị Hồng Thắm



Hiệu Trưởng



Lò Thị Kim Thông

BẢNG THỰC ĐƠN DINH DƯỠNG HÀNG NGÀY CỦA TRẺ

Ngày 08 - 12/ 12/ 2025

(Thực đơn có thể thay đổi trong ngày)

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Bữa sáng (NT - MG) 7h45	Bún gà nước xương hầm	Cháo thịt bò xương hầm	Xôi thịt băm	Bún thịt lợn xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm
	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
Bữa trưa (NT - MG) NT: 10h15 MG: 10h30	Thịt lợn dim đậu phụ cà chua	Chả trứng trộn thịt lợn	Ruốc cá trích	Thịt gà xào ngô ngọt, su su, cà rốt	Thịt lợn kho tàu trứng cút
	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương củ quả	Canh dưa cá	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương rau
Bữa phụ (MG) 14h15	Sữa đậu nành	Bún thịt ngan xương hầm	Chuối chín	Chè đỗ đen	Phở thịt bò xương hầm
	Bánh Trưng Típo	Bánh gạo	Bánh gạo	Bánh ốc quế	Phở thịt bò xương hầm
Bữa phụ (NT) 14h15	Sữa đậu nành	Bánh gạo	Chuối chín	Chè đỗ đen	Bánh gạo
Bữa chiều (NT) 15h	Cháo thịt lợn xương hầm	Bún thịt ngan xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm	Phở thịt lợn xương hầm	Phở thịt bò xương hầm

Người lập



Vũ Thị Hồng Thắm

Hiệu Trưởng




Lò Thị Kim Thông

BẢNG THỰC ĐƠN DINH DƯỠNG HÀNG NGÀY CỦA TRẺ

Ngày 15 - 19 / 12 / 2025

(Thực đơn có thể thay đổi trong ngày)

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Sáng (NT - MG) 7h45	Bún thịt lợn nước xương hầm	Cháo thịt gà xương hầm	Xôi lạc vừng	Bún thịt lợn xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm
	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
Trưa (NT - MG) NT: 10h15 MG: 10h30	Thịt lợn đim cà chua	Thịt lợn xào trứng vịt	Cá trắm đim cà chua	Thịt gà xào ngô ngọt, su su, cà rốt	Thịt bò xào giá đỗ
	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương củ quả	Canh dưa cá	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương rau
Phụ (MG) 14h15	Nước đậu	Bún thịt bò xương hầm	Chuối chín	Chè đỗ đen	Phở thịt ngan xương hầm
	Bánh trứng Tipo		Bánh one	Bánh ốc quế	
Phụ (NT) 14h15	Nước đậu	Bánh one ngọt	Bánh one	Chè đỗ đen	Bánh one ngọt
Chiều (NT) 15h	Cháo thịt lợn xương hầm	Bún thịt bò xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm	Phở thịt lợn xương hầm	Phở thịt ngan xương hầm

Người lập



Vũ Thị Hồng Thắm

Hiệu Trưởng



Lò Thị Kim Thông

BẢNG THỰC ĐƠN DINH DƯỠNG HÀNG NGÀY CỦA TRẺ

Ngày 22 - 26/ 12/ 2025

(Thực đơn có thể thay đổi trong ngày)

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Bữa sáng (NT - MG) 7h45	Bún gà nước xương hầm	Cháo thịt bò xương hầm	Xôi thịt băm	Bún thịt lợn xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm
	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm
Bữa trưa (NT - MG) NT: 10h15 MG: 10h30	Thịt lợn dim đậu phụ cà chua	Chả trứng trộn thịt lợn	Ruốc cá tím	Thịt gà xào ngô ngọt, su su, cà rốt	Thịt lợn kho tàu tương cút
	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương củ quả	Canh dưa cá	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương rau
Bữa phụ (MG) 14h15	Sữa đậu nành	Bún thịt ngan xương hầm	Chuối chín	Chè đỗ đen	Phở thịt bò xương hầm
	Bánh Trứng Tipo	Bánh gạo	Bánh gạo	Bánh ốc quế	
Bữa phụ (NT) 14h15	Sữa đậu nành	Bánh gạo	Chuối chín	Chè đỗ đen	Bánh gạo
Bữa chiều (NT) 15h	Cháo thịt lợn xương hầm	Bún thịt ngan xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm	Phở thịt lợn xương hầm	Phở thịt bò xương hầm

Người lập



Vũ Thị Hồng Thắm

Hiệu Trưởng



Lô Thị Kim Thông

Trường mầm non Him Lam

BẢNG THỰC ĐƠN DINH DƯỠNG HÀNG NGÀY CỦA TRẺ

Ngày 29 - 31 / 12/ 2025

(Thực đơn có thể thay đổi trong ngày)

Thời gian	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6
Sáng (NT - MG) 7h45	Bún thịt lợn nước xương hầm	Cháo thịt gà xương hầm	Xôi lạc vừng		
Trưa (NT - MG) NT: 10h15 MG: 10h30	Cơm tấm	Cơm tấm	Cơm tấm		
	Thịt lợn dim cà chua	Thịt lợn xào trứng vịt	Cá trích dim cà chua		
	Canh tôm (ngao) nấu rau	Canh xương củ quả	Canh dưa cá		
Phụ (MG) 14h15	Nước đậu	Bún thịt bò xương hầm	Chuối chín		
	Bánh trứng Tipo		Bánh one		
Phụ (NT) 14h15	Nước đậu	Bánh one ngọt	Bánh one		
Chiều (NT) 15h	Cháo thịt lợn xương hầm	Bún thịt bò xương hầm	Cháo thịt lợn xương hầm		

Người lập

Vũ Thị Hồng Thắm

Hiệu Trưởng



Lò Thị Kim Thông