

BẢNG TÍNH KHẨU PHẦN ĂN
Các chỉ tiêu dinh dưỡng cơ bản và giá thành

Đối tượng ăn: Nhà trẻ (12 đến 36 tháng tuổi) - 3 bữa Ở trường
Số suất ăn: 145

Ngày: 12 tháng 1 năm 2026

| | |
|-----------------------------|--|
| Bữa chính buổi trưa | Cơm bắc thơm; Thịt lợn sấn vai rim đậu phụ cà chua hành mùi; Canh rau cải bắp nấu cua ghẹ. Tráng miệng Thanh long. |
| Bữa phụ | Sữa bột pha nước ấm |
| Bữa chính buổi chiều | Cháo thịt ngan củ dền hành, mùi; |

| Số TT | Mã hàng | Thực phẩm | KL 1 suất (gam) | ĐV tính | Tổng số lượng | Đơn giá (VND) | Thành tiền (VND) | CHỈ TIÊU DINH DƯỠNG CƠ BẢN | | | |
|------------------------|-----------------|---|-----------------|---------|---------------|-----------------|------------------|----------------------------|--------------|--------------|-----------------|
| | | | | | | | | Năng lượng (kcal) | Đạm (gam) | Béo (gam) | Bột Đường (gam) |
| 1 | 3025 | Đậu phụ | 12,41 gam | kg | 1,8 | 24.000 | 43.200 | 1.710 | 196,2 | 97,2 | 12,6 |
| 2 | 4005 | Cà chua | 4,14 gam | kg | 0,6 | 28.000 | 16.800 | 109 | 3,4 | - | 23,9 |
| 3 | 4038 | Hành lá | 1,38 gam | kg | 0,2 | 35.000 | 7.000 | 36 | 2,1 | - | 6,9 |
| 4 | 4082 | Rau mùi tàu | 1,38 gam | kg | 0,2 | 35.000 | 7.000 | 34 | 3,4 | - | 5,1 |
| 5 | 4127 | Củ dền | 5,52 gam | kg | 0,8 | 30.000 | 24.000 | 373 | 12,8 | 1,6 | 76,8 |
| 6 | 5044 | Quả thanh long | 62,76 gam | kg | 9,1 | 27.500 | 250.250 | 3.640 | 118,3 | - | 791,7 |
| 7 | 7611 | Thịt lợn sấn vai | 38,62 gam | kg | 5,6 | 120.000 | 672.000 | 12.936 | 963,2 | 1.008 | - |
| 8 | 13003 | Gừng tươi | 0,69 gam | kg | 0,1 | 35.000 | 3.500 | 22 | 0,4 | - | 5,2 |
| 9 | 13017 | Nước mắm cá | 1,38 gam | lít | 0,2 | 68.000 | 13.600 | 69 | 10,1 | - | 7,2 |
| 10 | 13034 | Hạt nêm | 1,72 gam | kg | 0,25 | 52.000 | 13.000 | 495 | 37,5 | 5 | 75 |
| 11 | 13039 | Bột canh | 1,72 gam | kg | 0,25 | 19.000 | 4.750 | - | - | - | - |
| 12 | 500016 | Gạo bắc thơm | 77,24 gam | kg | 11,2 | 17.000 | 190.400 | 38.528 | 884,8 | 112 | 8.500,8 |
| 13 | 500018 | Dầu đậu nành Simply | 5,52 gam | lít | 0,8 | 57.000 | 45.600 | 7.200 | - | 800 | - |
| 14 | 500019 | Mỡ lợn sống | 1,03 gam | kg | 0,15 | 70.000 | 10.500 | 945 | - | 105 | - |
| 15 | 500040 | Sữa bột Nuvi Grow School 2+ | 9,66 gam | kg | 1,4 | 260.000 | 364.000 | 6.818 | 273 | 324,8 | 644 |
| 16 | 500042 | Sữa bột Nuvi Grow School 1+ | 3,45 gam | kg | 0,5 | 260.000 | 130.000 | 2.525 | 115 | 132,5 | 217,5 |
| 17 | 500049 | Hành củ tãi | 1,38 gam | kg | 0,2 | 50.000 | 10.000 | 37 | 2 | - | 7,3 |
| 18 | 500055 | Con ghẹ biển làm sạch | 5,52 gam | kg | 0,8 | 52.000 | 41.600 | 138 | 30,5 | 1,8 | - |
| 19 | 500056 | Thịt ngan bỏ đầu chân | 42,07 gam | kg | 6,1 | 126.000 | 768.600 | 8.125 | 480,4 | 689 | - |
| 20 | 500057 | Rau cải bắp | 32,41 gam | kg | 4,7 | 14.000 | 65.800 | 1.218 | 76,1 | - | 228,4 |
| TỔNG CỘNG | | | | | | | 2.681.600 | 84.959 | 3.209 | 3.277 | 10.602 |
| Cơ cấu chất đạm | | Nhu cầu dinh dưỡng cả ngày | | | | | | 930 | 34,9 | 36,2 | 116,3 |
| <i>Động vật</i> | <i>Thực vật</i> | Tỷ lệ cung cấp dinh dưỡng ở trường | | | | 65% | 605 | 22,7 | 23,5 | 75,6 | |
| 58% | 42% | Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất | | | | 586 kcal | 22,1 | 22,6 | 73,1 | | |
| Cơ cấu chất béo | | Tỷ lệ đáp ứng thực tế | | | | | | 96,9% | 97,6% | 96,1% | 96,8% |
| <i>Động vật</i> | <i>Thực vật</i> | NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal) | | | | | | 89 kcal | 203 kcal | 292 kcal | |

| | | | | | | |
|-----------------------|---------------|-----------------------------|------------|------------|-------|-------|
| 69% | 31% | NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G | | 15,1% | 34,8% | 50,0% |
| Chi phí thực phẩm | 2.681.600 VND | Chi phí bình quân 1 suất ăn | 18.494 VND | Chênh lệch | | |
| Chi phí, dịch vụ khác | - | Chi phí định mức 1 suất ăn | 18.500 VND | 6 VND | | |

KIỂM TRA VÀ DUYỆT

NGƯỜI LẬP

Năng lượng và tỷ lệ P:L:G đảm bảo

Tuyệt

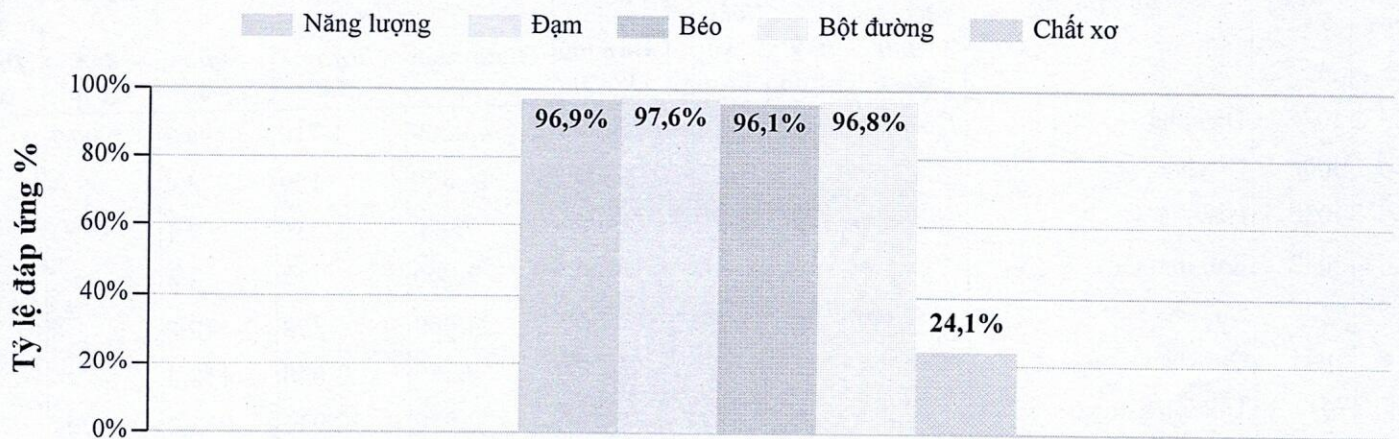


Phạm Thị Huyền

Đỗ Thị Tuyết

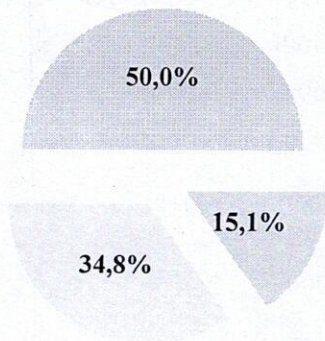
MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

Các chỉ số dinh dưỡng



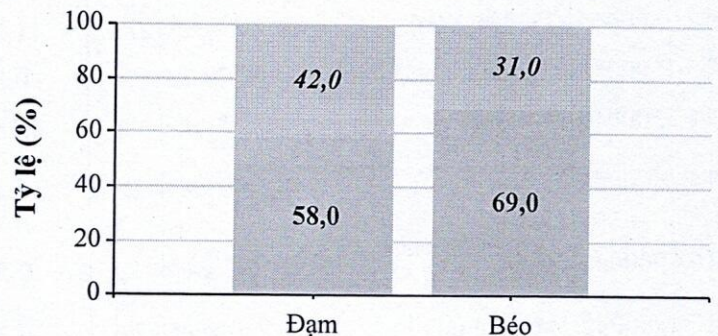
TỶ LỆ P:L:G

Đạm Béo Bột đường



GÓC THỰC PHẨM

Góc thực vật Góc động vật



BẢNG TÍNH KHẨU PHẦN ĂN
Các chỉ tiêu dinh dưỡng cơ bản và giá thành

Đối tượng ăn: Mẫu giáo (3 đến 6 tuổi) - 2 bữa Ở trường
Số suất ăn: 452

Ngày: 12 tháng 1 năm 2026

| | |
|----------------------------|--|
| Bữa chính buổi trưa | Cơm bắc thơm; Thịt lợn sườn vai rim đậu phụ cà chua hành mùi; Canh rau cải bắp nấu cua ghẹ; Tráng miệng Thanh long |
| Bữa phụ | Miến thịt ngon, giá đỗ, hành, mùi; Sữa bột pha nước ấm. |

| Số TT | Mã hàng | Thực phẩm | KL 1 suất (gam) | ĐV tính | Tổng số lượng | Đơn giá (VND) | Thành tiền (VND) | CHỈ TIÊU DINH DƯỠNG CƠ BẢN | | | |
|--------------------------|-----------------|---|-----------------|------------------------------------|---------------|-------------------|------------------|----------------------------|---------------|--------------|-----------------|
| | | | | | | | | Năng lượng (kcal) | Đạm (gam) | Béo (gam) | Bột Đường (gam) |
| 1 | 3025 | Đậu phụ | 8,19 gam | kg | 3,7 | 24.000 | 88.800 | 3.515 | 403,3 | 199,8 | 25,9 |
| 2 | 4005 | Cà chua | 5,53 gam | kg | 2,5 | 28.000 | 70.000 | 456 | 14,3 | - | 99,8 |
| 3 | 4036 | Giá đỗ | 5,53 gam | kg | 2,5 | 15.000 | 37.500 | 1.026 | 130,6 | - | 125,9 |
| 4 | 4038 | Hành lá | 0,88 gam | kg | 0,4 | 35.000 | 14.000 | 72 | 4,2 | - | 13,8 |
| 5 | 4082 | Rau mùi tàu | 0,88 gam | kg | 0,4 | 35.000 | 14.000 | 68 | 6,7 | - | 10,2 |
| 6 | 5044 | Quả thanh long | 84,07 gam | kg | 38 | 27.500 | 1.045.000 | 15.200 | 494 | - | 3.306 |
| 7 | 7611 | Thịt lợn sườn vai | 34,4 gam | kg | 15,55 | 120.000 | 1.866.000 | 35.921 | 2.674,6 | 2.799 | - |
| 8 | 13003 | Gừng tươi | 0,66 gam | kg | 0,3 | 35.000 | 10.500 | 67 | 1,1 | - | 15,7 |
| 9 | 13017 | Nước mắm cá | 1,77 gam | lít | 0,8 | 68.000 | 54.400 | 278 | 40,5 | 0,1 | 28,8 |
| 10 | 13034 | Hạt nêm | 1,77 gam | kg | 0,8 | 52.000 | 41.600 | 1.584 | 120 | 16 | 240 |
| 11 | 13039 | Bột canh | 1,77 gam | kg | 0,8 | 19.000 | 15.200 | - | - | - | - |
| 12 | 500016 | Gạo bắc thơm | 85,84 gam | kg | 38,8 | 17.000 | 659.600 | 133.472 | 3.065,2 | 388 | 29.449,2 |
| 13 | 500018 | Dầu đậu nành Simply | 5,75 gam | lít | 2,6 | 57.000 | 148.200 | 23.400 | - | 2.600 | - |
| 14 | 500019 | Mỡ lợn sống | 1,99 gam | kg | 0,9 | 70.000 | 63.000 | 5.670 | - | 630 | - |
| 15 | 500027 | Miến phở | 19,91 gam | kg | 9 | 30.000 | 270.000 | 31.500 | 540 | 54 | 7.218 |
| 16 | 500040 | Sữa bột Nuvi Grow School 2+ | 13,5 gam | kg | 6,1 | 260.000 | 1.586.000 | 29.707 | 1.189,5 | 1.415,2 | 2.806 |
| 17 | 500049 | Hành củ tãi | 0,88 gam | kg | 0,4 | 50.000 | 20.000 | 74 | 4 | - | 14,6 |
| 18 | 500055 | Con ghẹ biển làm sạch | 5,97 gam | kg | 2,7 | 52.000 | 140.400 | 466 | 102,8 | 6 | - |
| 19 | 500056 | Thịt ngon bò đầu chân | 35,4 gam | kg | 16 | 126.000 | 2.016.000 | 21.312 | 1.260 | 1.807,2 | - |
| 20 | 500057 | Rau cải bắp | 31,86 gam | kg | 14,4 | 14.000 | 201.600 | 3.732 | 233,3 | - | 699,8 |
| TỔNG CỘNG | | | | | | | 8.361.800 | 307.519 | 10.284 | 9.915 | 44.054 |
| Cơ cấu chất đạm | | Nhu cầu dinh dưỡng cả ngày | | | | | 1.230 | 46,1 | 41,0 | 169,1 | |
| <i>Động vật</i> | <i>Thực vật</i> | Tỷ lệ cung cấp dinh dưỡng ở trường | | 50% | | 615 | 23,1 | 20,5 | 84,6 | | |
| 51% | 49% | Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất | | | | 680 kcal | 22,8 | 21,9 | 97,5 | | |
| Cơ cấu chất béo | | Tỷ lệ đáp ứng thực tế | | | | | 110,6% | 98,7% | 107,0% | 115,3% | |
| <i>Động vật</i> | <i>Thực vật</i> | NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal) | | | | | 91 kcal | 197 kcal | 390 kcal | | |
| 67% | 33% | NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G | | | | | 13,4% | 29,1% | 57,5% | | |
| Chi phí thực phẩm | | 8.361.800 VND | | Chi phí bình quân 1 suất ăn | | 18.500 VND | | Chênh lệch | | | |



| | | | | |
|-----------------------|---|----------------------------|------------|---|
| Chi phí, dịch vụ khác | - | Chi phí định mức 1 suất ăn | 18.500 VND | - |
|-----------------------|---|----------------------------|------------|---|

KIỂM TRA VÀ DUYỆT

NGƯỜI LẬP

Năng lượng tỷ lệ P:L:G đảm bảo



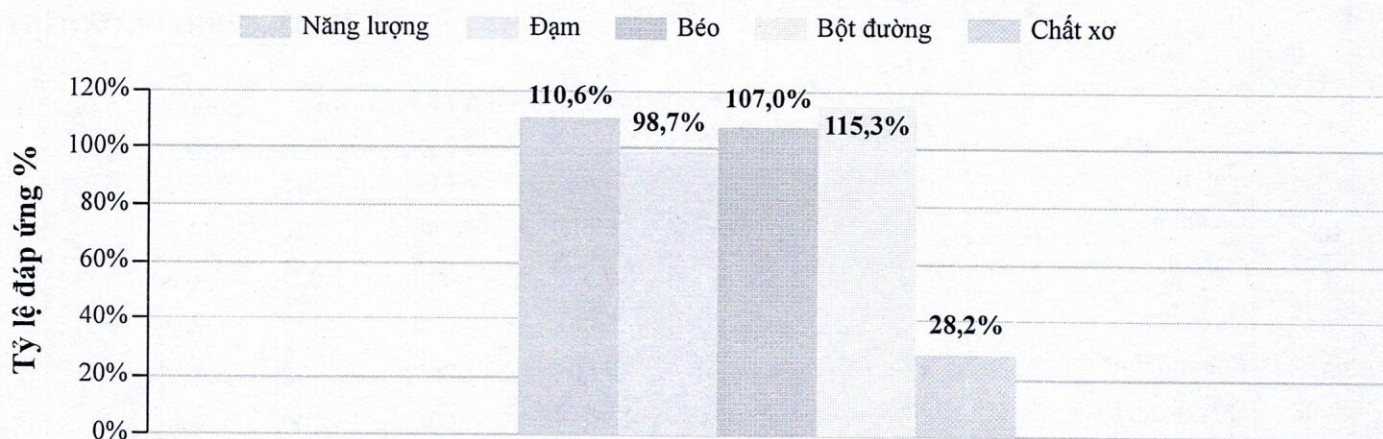
Phạm Thị Huyền

Đuyệt

Đỗ Thị Tuyết

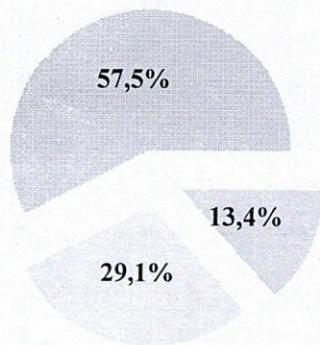
MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

Các chỉ số dinh dưỡng



TỶ LỆ P:L:G

Đạm Béo Bột đường



GỐC THỰC PHẨM

Gốc thực vật Gốc động vật

