

**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

Ngày: 3 tháng 2 năm 2026

Số suất ăn: 155

<b>Bữa chính buổi trưa</b>	Com bắc thơm; Thịt lợn sấn vai sốt đậu phụ cà chua hành mùi; Canh bí xanh nấu cây.
<b>Bữa phụ</b>	Sữa bột pha nước ấm.
<b>Bữa chính buổi chiều</b>	Com Bắc thơm; Thịt bò sốt hành tây hành, mùi; Canh cải bắp nấu thịt lợn.

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	10,32 gam	kg	1,6	24.000	38.400	1.520	174,4	86,4	11,2
2	4002	Bí đao (bí xanh)	39,35 gam	kg	6,1	18.000	109.800	534	26,7	-	106,9
3	4005	Cà chua	1,94 gam	kg	0,3	19.000	5.700	55	1,7	-	12
4	4038	Hành lá	1,29 gam	kg	0,2	25.000	5.000	36	2,1	-	6,9
5	4039	Hành tây	5,81 gam	kg	0,9	13.000	11.700	302	13,4	-	62
6	4082	Rau mùi tàu	1,29 gam	kg	0,2	40.000	8.000	34	3,4	-	5,1
7	7611	Thịt lợn sấn vai	38,71 gam	kg	6	138.000	828.000	13.860	1.032	1.080	-
8	13003	Gừng tươi	0,65 gam	kg	0,1	35.000	3.500	22	0,4	-	5,2
9	13017	Nước mắm cá	1,94 gam	lít	0,3	68.000	20.400	104	15,2	-	10,8
10	13034	Hạt nêm	1,94 gam	kg	0,3	52.000	15.600	594	45	6	90
11	13039	Bột canh	1,94 gam	kg	0,3	19.000	5.700	-	-	-	-
12	500016	Gạo bắc thơm	86,45 gam	kg	13,4	20.000	268.000	46.096	1.058,6	134	10.170,6
13	500018	Dầu đậu nành Simply	6,13 gam	lít	0,95	57.000	54.150	8.550	-	950	-
14	500019	Mỡ lợn sống	6,45 gam	kg	1	70.000	70.000	6.300	-	700	-
15	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	10,32 gam	kg	1,6	260.000	416.000	7.792	312	371,2	736
16	500042	Sữa bột Nuvi Grow School 1+	3,23 gam	kg	0,5	260.000	130.000	2.525	115	132,5	217,5
17	500045	Thịt bò tươi loại Nạc mông	20 gam	kg	3,1	235.000	728.500	3.585	638	115,4	-
18	500057	Rau cải bắp	24,52 gam	kg	3,8	10.000	38.000	985	61,6	-	184,7
19	500062	Cây đồng sống	4,52 gam	kg	0,7	150.000	105.000	652	131,7	12,3	-
20	500063	Hành củ tái	1,29 gam	kg	0,2	32.000	6.400	48	2,6	-	9,6
<b>TỔNG CỘNG</b>							<b>2.867.850</b>	<b>93.594</b>	<b>3.634</b>	<b>3.588</b>	<b>11.628</b>
<b>Cơ cấu chất đạm</b>		<b>Nhu cầu dinh dưỡng cả ngày</b>						930	34,9	36,2	116,3
<b>Động vật</b>	<b>Thực vật</b>	<b>Tỷ lệ cung cấp dinh dưỡng ở trường</b>				<b>65%</b>	605	22,7	23,5	75,6	
61%	39%	<b>Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất</b>					604 kcal	23,4	23,1	75	
<b>Cơ cấu chất béo</b>		<b>Tỷ lệ đáp ứng thực tế</b>						<b>99,9%</b>	<b>103,4%</b>	<b>98,5%</b>	<b>99,3%</b>



Động vật	Thực vật	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)		94 kcal	208 kcal	300 kcal
67%	33%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G		15,6%	34,6%	49,8%
Chi phí thực phẩm	2.867.850 VND	Chi phí bình quân 1 suất ăn	18.502 VND	Chênh lệch		
Chi phí, dịch vụ khác	-	Chi phí định mức 1 suất ăn	18.500 VND	-2 VND		

KIỂM TRA VÀ DUYỆT

NGƯỜI LẬP

*Năng lượng & tỷ lệ P:L:G đảm bảo*

*Duyệt*

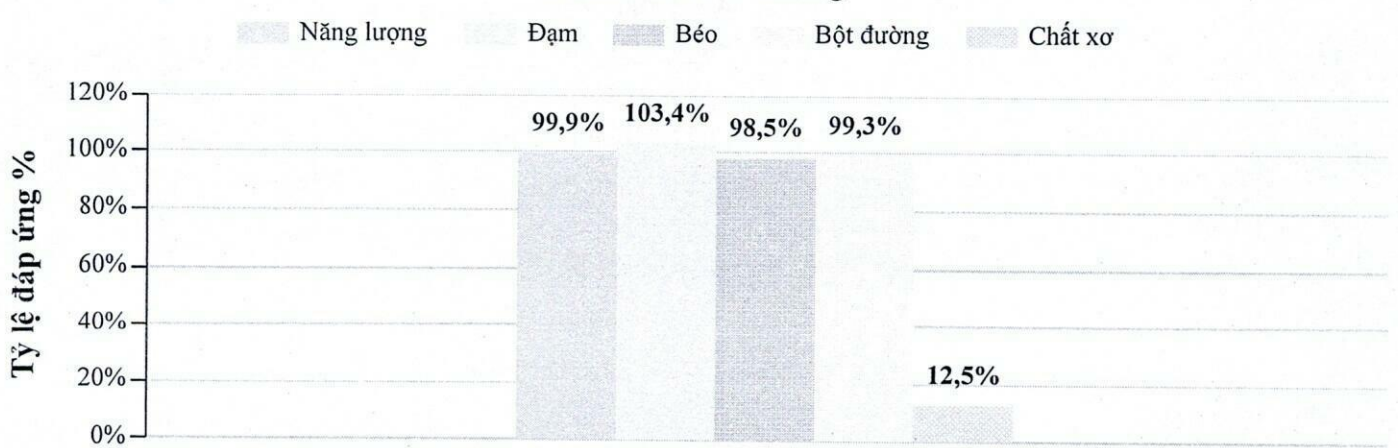


Phạm Thị Huyền

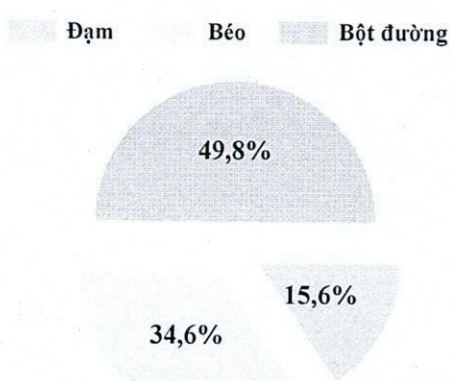
Đỗ Thị Tuyết

MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

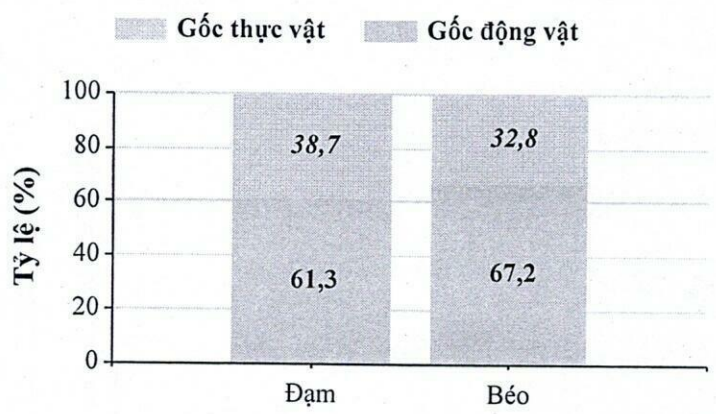
Các chỉ số dinh dưỡng



TỶ LỆ P:L:G



GỐC THỰC PHẨM



**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: 463

Ngày: 3 tháng 2 năm 2026

<b>Bữa chính buổi trưa</b>	Cơm bắc thơm; Thịt lợn sườn vai sốt đậu phụ cà chua hành mùi; Canh bí xanh nấu cáy; Món xào: Đậu cô ve xào thịt bò.
<b>Bữa phụ</b>	Bún khô thịt ngan 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	7,34 gam	kg	3,4	24.000	81.600	3.230	370,6	183,6	23,8
2	4002	Bí đao (bí xanh)	39,09 gam	kg	18,1	18.000	325.800	1.586	79,3	-	317,1
3	4005	Cà chua	1,08 gam	kg	0,5	19.000	9.500	91	2,9	-	20
4	4029	Đậu cô ve	29,37 gam	kg	13,6	19.000	258.400	8.960	612	-	1.627,9
5	4036	Giá đỗ	5,83 gam	kg	2,7	15.000	40.500	1.108	141,1	-	135,9
6	4038	Hành lá	0,86 gam	kg	0,4	25.000	10.000	72	4,2	-	13,8
7	4082	Rau mùi tàu	0,86 gam	kg	0,4	40.000	16.000	68	6,7	-	10,2
8	7611	Thịt lợn sườn vai	33,8 gam	kg	15,65	138.000	2.159.700	36.152	2.691,8	2.817	-
9	13003	Gừng tươi	0,65 gam	kg	0,3	35.000	10.500	67	1,1	-	15,7
10	13017	Nước mắm cá	1,73 gam	lít	0,8	68.000	54.400	278	40,5	0,1	28,8
11	13034	Hạt nêm	1,84 gam	kg	0,85	52.000	44.200	1.683	127,5	17	255
12	13039	Bột canh	1,94 gam	kg	0,9	19.000	17.100	-	-	-	-
13	500016	Gạo bắc thơm	87,26 gam	kg	40,4	20.000	808.000	138.976	3.191,6	404	30.663,6
14	500018	Dầu đậu nành Simply	5,18 gam	lít	2,4	57.000	136.800	21.600	-	2.400	-
15	500019	Mỡ lợn sống	1,51 gam	kg	0,7	70.000	49.000	4.410	-	490	-
16	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	13,39 gam	kg	6,2	260.000	1.612.000	30.194	1.209	1.438,4	2.852
17	500045	Thịt bò tươi loại Nạc mỏng	1,51 gam	kg	0,7	235.000	164.500	809	144,1	26,1	-
18	500048	Bún khô HH	20,09 gam	kg	9,3	30.000	279.000	30.940	530,1	53	7.085,7
19	500056	Thịt ngan bỏ đầu chân	36,72 gam	kg	17	126.000	2.142.000	22.644	1.338,8	1.920,2	-
20	500062	Cây đồng sống	4,75 gam	kg	2,2	150.000	330.000	2.050	414	38,7	-
21	500063	Hành củ tái	1,08 gam	kg	0,5	32.000	16.000	120	6,5	-	24
<b>TỔNG CỘNG</b>							<b>8.565.000</b>	<b>305.037</b>	<b>10.912</b>	<b>9.788</b>	<b>43.073</b>
<b>Cơ cấu chất đạm</b>		<b>Nhu cầu dinh dưỡng cả ngày</b>						1.230	46,1	41,0	169,1
<i>Động vật</i>	<i>Thực vật</i>	<b>Tỷ lệ cung cấp dinh dưỡng ở trường</b>			<b>50%</b>		615	23,1	20,5	84,6	
53%	47%	<b>Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất</b>					659 kcal	23,6	21,1	93	
<b>Cơ cấu chất béo</b>		<b>Tỷ lệ đáp ứng thực tế</b>						107,1%	102,2%	103,1%	110,0%
<i>Động vật</i>	<i>Thực vật</i>	<b>NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)</b>						94 kcal	190 kcal	372 kcal	



69%	31%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G			14,4%	29,0%	56,7%
Chi phí thực phẩm	8.565.000 VND	Chi phí bình quân 1 suất ăn	18.499 VND	Chênh lệch			
Chi phí, dịch vụ khác	-	Chi phí định mức 1 suất ăn	18.500 VND	1 VND			



**KIỂM TRA VÀ DUYỆT**

Năng lượng & tỷ lệ P:L:G đảm bảo

**NGƯỜI LẬP**

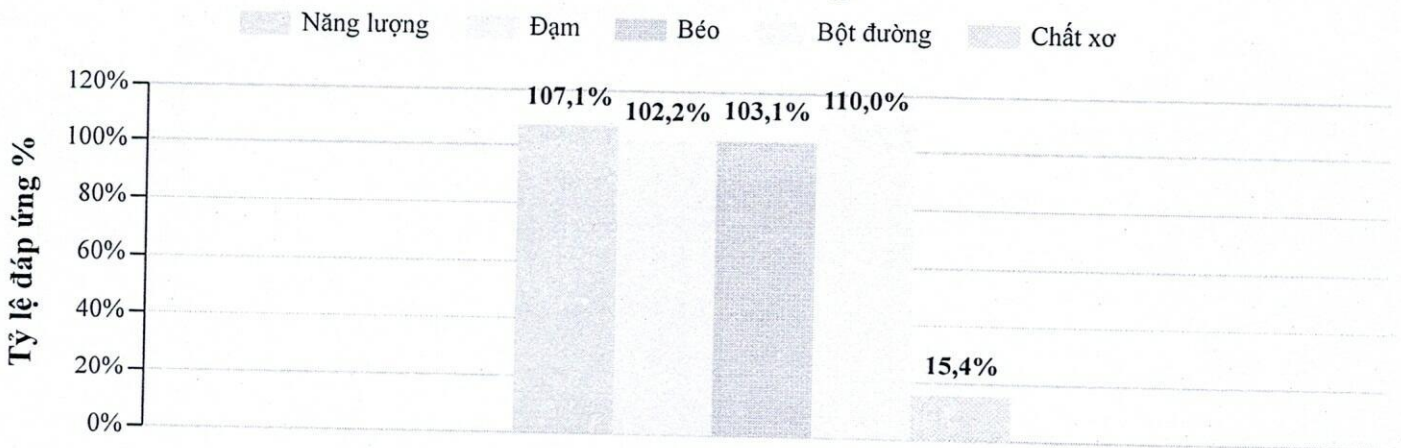
*Tuyệt*

**Phạm Thị Huyền**

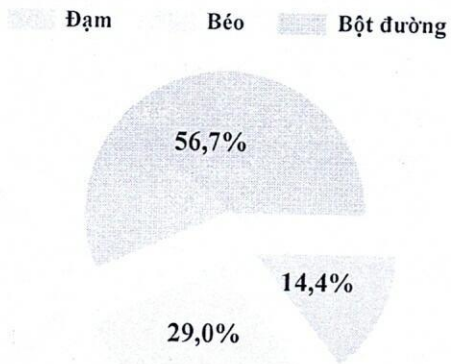
**Đỗ Thị Tuyết**

**MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG**

**Các chỉ số dinh dưỡng**



**TỶ LỆ P:L:G**



**GỐC THỰC PHẨM**

