

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: 10 tháng 3 năm 2026

Số suất ăn: 175

Bữa chính buổi trưa	Cơm bắc thơm; Thịt bò rim hành tây hành mùi; Muối lạc, vừng; Canh bí xanh nấu cua ghẹ.
Bữa phụ	Sữa bột pha nước ấm.
Bữa chính buổi chiều	Cơm bắc thơm; Trứng vịt rim thịt lợn sấn vai, hành mùi; Canh cải thảo nấu cáy.

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	3017	Lạc hạt	5,14 gam	kg	0,9	70.000	63.000	5.049	242,6	392,5	136,7
2	3020	Vừng (đen, trắng)	3,43 gam	kg	0,6	88.000	52.800	3.240	114,6	264,5	100,3
3	4002	Bí đao (bí xanh)	39,43 gam	kg	6,9	14.000	96.600	604	30,2	-	120,9
4	4038	Hành lá	1,14 gam	kg	0,2	30.000	6.000	36	2,1	-	6,9
5	4039	Hành tây	5,71 gam	kg	1	13.000	13.000	335	14,9	-	68,9
6	4082	Rau mùi tàu	1,14 gam	kg	0,2	40.000	8.000	34	3,4	-	5,1
7	7611	Thịt lợn sấn vai	19,71 gam	kg	3,45	138.000	476.100	7.970	593,4	621	-
8	9004	Trứng vịt	40 gam	kg	7	60.000	420.000	10.571	800,8	739,2	178,6
9	13003	Gừng tươi	0,57 gam	kg	0,1	35.000	3.500	22	0,4	-	5,2
10	13017	Nước mắm cá	1,71 gam	lít	0,3	68.000	20.400	104	15,2	-	10,8
11	13034	Hạt nêm	1,71 gam	kg	0,3	52.000	15.600	594	45	6	90
12	13039	Bột canh	1,71 gam	kg	0,3	19.000	5.700	-	-	-	-
13	500016	Gạo bắc thơm	92,57 gam	kg	16,2	20.000	324.000	55.728	1.279,8	162	12.295,8
14	500018	Dầu đậu nành Simply	3,14 gam	lít	0,55	57.000	31.350	4.950	-	550	-
15	500019	Mỡ lợn sống	6,29 gam	kg	1,1	70.000	77.000	6.930	-	770	-
16	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	10 gam	kg	1,75	260.000	455.000	8.523	341,3	406	805
17	500042	Sữa bột Nuvi Grow School 1+	3,71 gam	kg	0,65	260.000	169.000	3.283	149,5	172,3	282,8
18	500045	Thịt bò tươi loại Nạc mông	18,57 gam	kg	3,25	235.000	763.750	3.758	668,9	121	-
19	500055	Con ghẹ biển làm sạch	5,71 gam	kg	1	52.000	52.000	172	38,1	2,2	-
20	500061	Rau cải thảo	22,86 gam	kg	4	14.000	56.000	144	36	-	-
21	500062	Cáy đồng sống	4,57 gam	kg	0,8	155.000	124.000	745	150,6	14,1	-
22	500063	Hành củ tái	1,14 gam	kg	0,2	25.000	5.000	48	2,6	-	9,6
TỔNG CỘNG							3.237.800	112.841	4.529	4.221	14.117
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



61%	39%	Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất	645 kcal	25,9	24,1	80,7
Cơ cấu chất béo		Tỷ lệ đáp ứng thực tế		106,7%	114,2%	102,6%
<i>Động vật</i>	<i>Thực vật</i>	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)		104 kcal	217 kcal	323 kcal
67%	33%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G		16,1%	33,7%	50,2%
Chi phí thực phẩm		3.237.800 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 làm báo

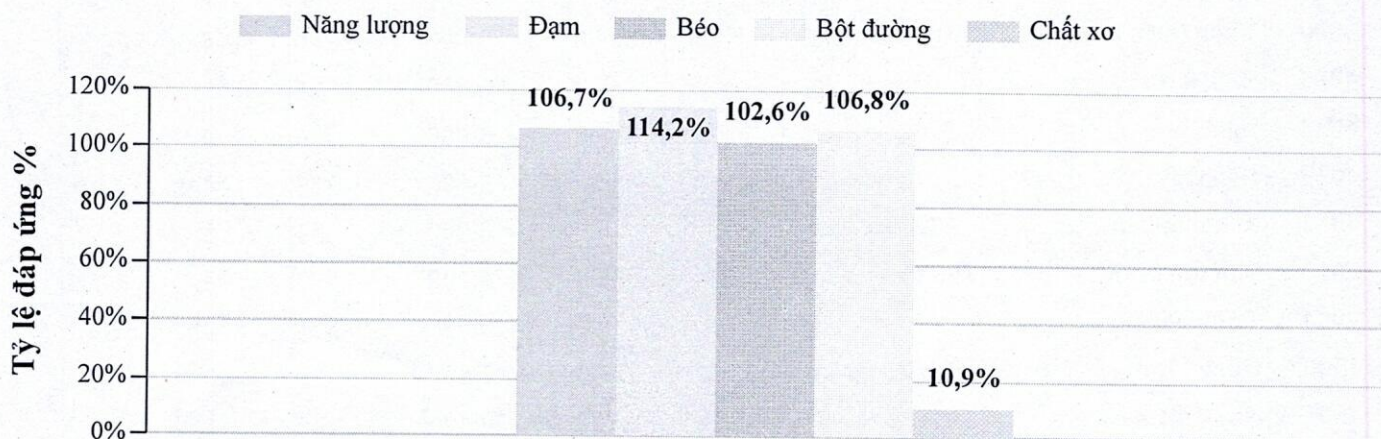
Phạm Thị Huyền

Tuyệt

Đỗ Thị Tuyệt

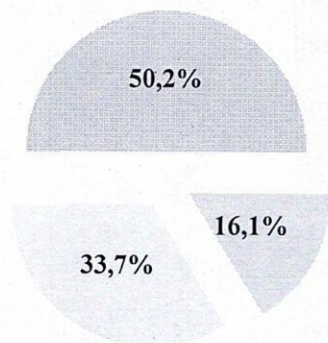
MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

Các chỉ số dinh dưỡng



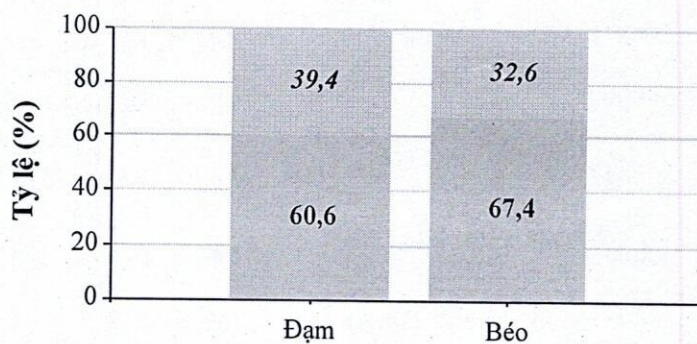
TỶ LỆ P:L:G

Đạm Béo Bột đường



GỐC THỰC PHẨM

Gốc thực vật Gốc động vật



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

Ngày: 10 tháng 3 năm 2026

Số suất ăn: 452

Bữa chính buổi trưa	Cơm bắc thơm; Thịt bò rim hành tây hành, mùi; Muối lạc vừng; Canh bí xanh nấu cua ghẹ.
Bữa phụ	Cháo sườn củ dền 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	3017	Lạc hạt	5,97 gam	kg	2,7	70.000	189.000	15.148	727,7	1.177,5	410,1
2	3020	Vừng (đen, trắng)	4,42 gam	kg	2	88.000	176.000	10.800	381,9	881,6	334,4
3	4002	Bí đao (bí xanh)	42,04 gam	kg	19	14.000	266.000	1.664	83,2	-	332,9
4	4038	Hành lá	0,88 gam	kg	0,4	30.000	12.000	72	4,2	-	13,8
5	4039	Hành tây	5,53 gam	kg	2,5	13.000	32.500	838	37,4	-	172,2
6	4082	Rau mùi tàu	0,88 gam	kg	0,4	40.000	16.000	68	6,7	-	10,2
7	4127	Củ dền	5,97 gam	kg	2,7	33.000	89.100	1.258	43,2	5,4	259,2
8	7053	Sườn lợn (cả xương)	45,58 gam	kg	20,6	100.000	2.060.000	16.564	1.585,6	1.133,8	-
9	13003	Gừng tươi	0,66 gam	kg	0,3	35.000	10.500	67	1,1	-	15,7
10	13017	Nước mắm cá	1,77 gam	lít	0,8	68.000	54.400	278	40,5	0,1	28,8
11	13034	Hạt nêm	1,77 gam	kg	0,8	52.000	41.600	1.584	120	16	240
12	13039	Bột canh	1,77 gam	kg	0,8	19.000	15.200	-	-	-	-
13	500016	Gạo bắc thơm	103,98 gam	kg	47	20.000	940.000	161.680	3.713	470	35.673
14	500018	Dầu đậu nành Simply	1,77 gam	lít	0,8	57.000	45.600	7.200	-	800	-
15	500019	Mỡ lợn sống	9,29 gam	kg	4,2	70.000	294.000	26.460	-	2.940	-
16	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	13,27 gam	kg	6	260.000	1.560.000	29.220	1.170	1.392	2.760
17	500045	Thịt bò tươi loại Nạc mông	22,68 gam	kg	10,25	235.000	2.408.750	11.853	2.109,5	381,7	-
18	500055	Con ghẹ biển làm sạch	5,97 gam	kg	2,7	52.000	140.400	466	102,8	6	-
19	500063	Hành củ tái	0,88 gam	kg	0,4	25.000	10.000	96	5,2	-	19,2
TỔNG CỘNG							8.361.050	285.316	10.132	9.204	40.269
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		
49%	51%	Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất				631 kcal	22,4	20,4	89,1		
Cơ cấu chất béo		Tỷ lệ đáp ứng thực tế					102,6%	97,2%	99,3%	105,4%	
<i>Động vật</i>	<i>Thực vật</i>	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)					90 kcal	183 kcal	356 kcal		
64%	36%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G					14,2%	29,1%	56,6%		



Chi phí thực phẩm	8.361.050 VND	Chi phí bình quân 1 suất ăn	18.498 VND	Chênh lệch
Chi phí, dịch vụ khác	-	Chi phí định mức 1 suất ăn	18.500 VND	2 VND

KIỂM TRA VÀ DUYỆT

Năng lượng và tỷ lệ P:L:G làm Béo



Phạm Thị Huyền

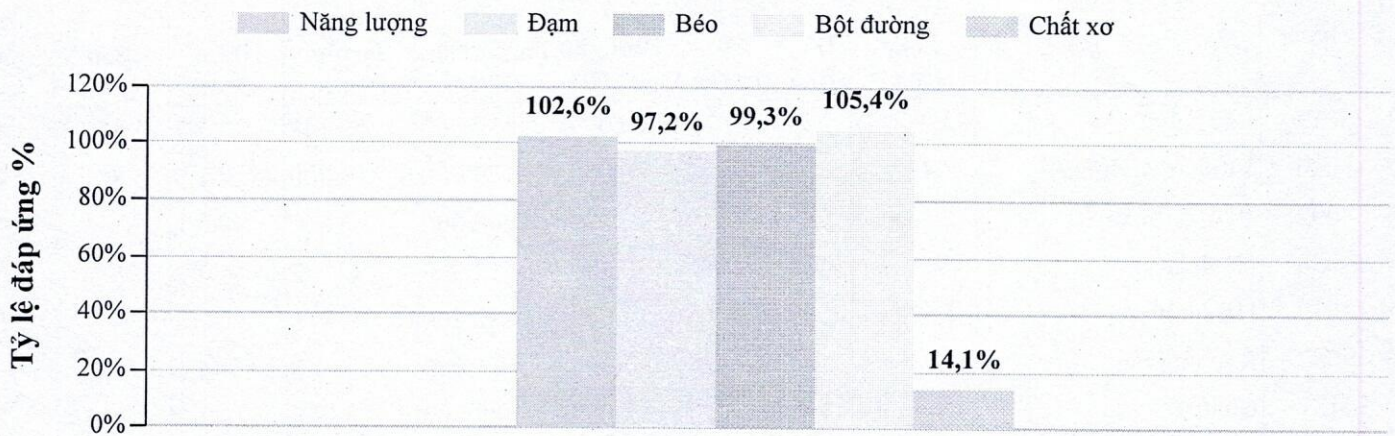
NGƯỜI LẬP

Tuyệt

Đỗ Thị Tuyệt

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

