

**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: 16 tháng 3 năm 2026

Số suất ăn: 173

<b>Bữa chính buổi trưa</b>	Cơm bắc thơm; Trứng đúc thịt lợn nạc hành mùi; Canh rau cải nấu cua ghẹ. Tráng miệng: Thanh long
<b>Bữa phụ</b>	Sữa bột pha nước ấm.
<b>Bữa chính buổi chiều</b>	Bún khô riêu cáy, thịt lợn sấn vai cà chua hành lá, rau 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	4005	Cà chua	10,4 gam	kg	1,8	11.000	19.800	328	10,3	-	71,8
2	4038	Hành lá	1,16 gam	kg	0,2	30.000	6.000	36	2,1	-	6,9
3	4082	Rau mùi tàu	1,16 gam	kg	0,2	40.000	8.000	34	3,4	-	5,1
4	5044	Quả thanh long	80,92 gam	kg	14	19.000	266.000	5.600	182	-	1.218
5	7084	Thịt lợn, nạc vai	19,65 gam	kg	3,4	140.000	476.000	5.134	720,8	251,6	-
6	7611	Thịt lợn sấn vai	17,92 gam	kg	3,1	138.000	427.800	7.161	533,2	558	-
7	9004	Trứng vịt	42,2 gam	kg	7,3	60.000	438.000	11.024	835,1	770,9	186,3
8	13003	Gừng tươi	0,58 gam	kg	0,1	35.000	3.500	22	0,4	-	5,2
9	13017	Nước mắm cá	1,73 gam	lít	0,3	68.000	20.400	104	15,2	-	10,8
10	13034	Hạt nêm	1,73 gam	kg	0,3	52.000	15.600	594	45	6	90
11	13039	Bột canh	1,73 gam	kg	0,3	19.000	5.700	-	-	-	-
12	500016	Gạo bắc thơm	63,01 gam	kg	10,9	20.000	218.000	37.496	861,1	109	8.273,1
13	500018	Dầu đậu nành Simply	6,36 gam	lít	1,1	57.000	62.700	9.900	-	1.100	-
14	500019	Mỡ lợn sống	5,2 gam	kg	0,9	70.000	63.000	5.670	-	630	-
15	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	9,54 gam	kg	1,65	260.000	429.000	8.036	321,8	382,8	759
16	500042	Sữa bột Nuvi Grow School 1+	3,76 gam	kg	0,65	260.000	169.000	3.283	149,5	172,3	282,8
17	500048	Bún khô HH	19,08 gam	kg	3,3	30.000	99.000	10.979	188,1	18,8	2.514,3
18	500051	Cây làm sạch	17,34 gam	kg	3	110.000	330.000	2.795	564,6	52,8	-
19	500054	Rau cải ngọt	31,21 gam	kg	5,4	15.000	81.000	351	75,6	5,4	-
20	500055	Con ghẹ biển làm sạch	6,36 gam	kg	1,1	52.000	57.200	190	41,9	2,5	-
21	500063	Hành củ tái	1,16 gam	kg	0,2	25.000	5.000	48	2,6	-	9,6
<b>TỔNG CỘNG</b>							<b>3.200.700</b>	<b>108.784</b>	<b>4.552</b>	<b>4.060</b>	<b>13.433</b>
<b>Cơ cấu chất đạm</b>		<b>Nhu cầu dinh dưỡng cả ngày</b>						930	34,9	36,2	116,3
<i>Động vật</i>	<i>Thực vật</i>	<b>Tỷ lệ cung cấp dinh dưỡng ở trường</b>			<b>65%</b>		605	22,7	23,5	75,6	
70%	30%	<b>Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất</b>					629 kcal	26,3	23,5	77,6	
<b>Cơ cấu chất béo</b>		<b>Tỷ lệ đáp ứng thực tế</b>						<b>104,0%</b>	<b>116,1%</b>	<b>99,8%</b>	<b>102,8%</b>



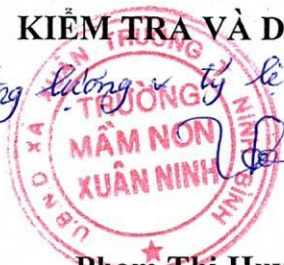
Động vật	Thực vật	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)		105 kcal	211 kcal	311 kcal
69%	31%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G		16,8%	33,7%	49,5%
Chi phí thực phẩm	3.200.700 VND	Chi phí bình quân 1 suất ăn	18.501 VND	Chênh lệch		
Chi phí, dịch vụ khác	-	Chi phí định mức 1 suất ăn	18.500 VND	-1 VND		

KIỂM TRA VÀ DUYỆT

NGƯỜI LẬP

Năng lượng & tỷ lệ P:L:G đảm bảo

Tuyệt

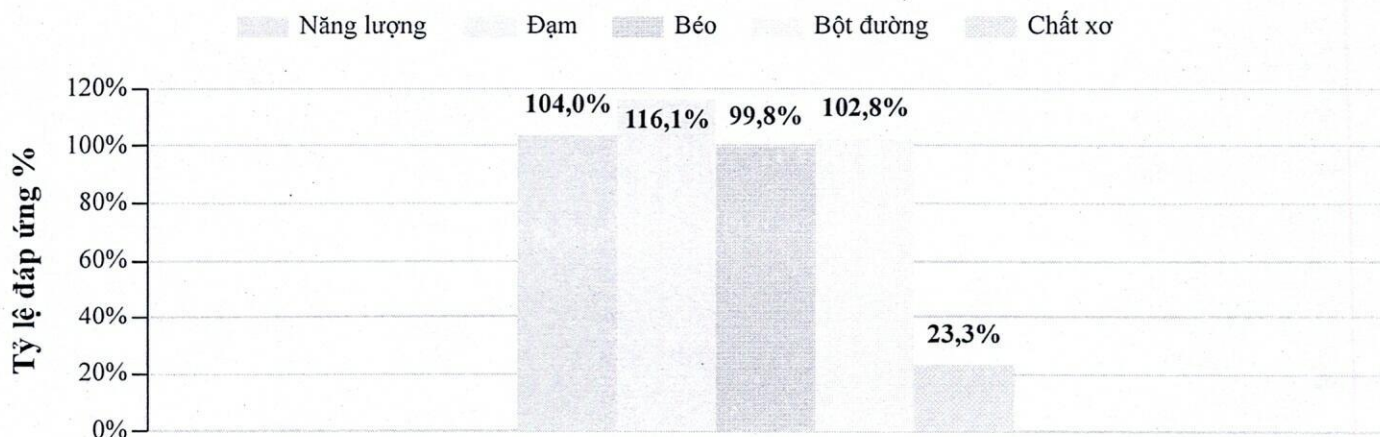


Phạm Thị Huyền

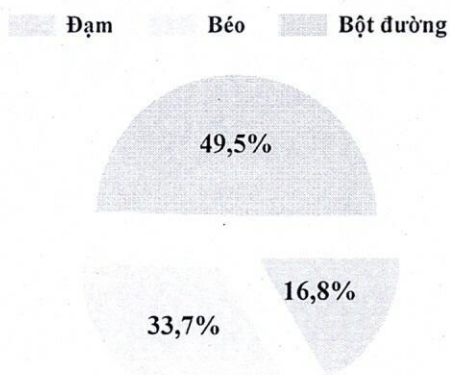
Đỗ Thị Tuyết

### MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

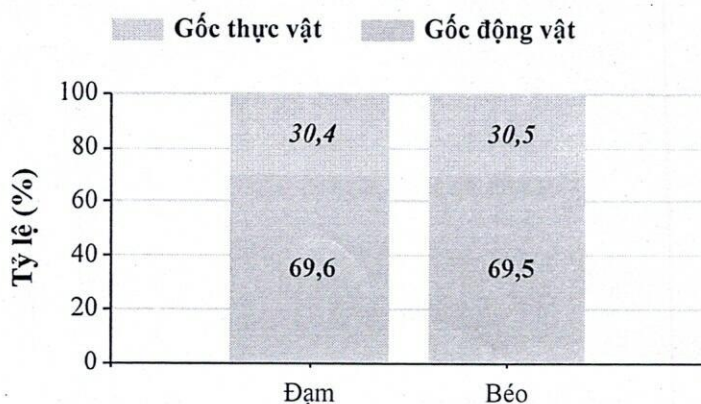
#### Các chỉ số dinh dưỡng



#### TỶ LỆ P:L:G



#### 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: 462

Ngày: 16 tháng 3 năm 2026

<b>Bữa chính buổi trưa</b>	Cơm bắc thơm; Trứng đúc thịt lợn hành mùi; Canh rau cải ngọt nấu cua ghẹ ; Tráng miệng: Thanh long
<b>Bữa phụ</b>	Cháo sườn khoai tây, 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	2014	Khoai tây	9,74 gam	kg	4,5	17.000	76.500	3.602	78,3	-	822,2
2	4038	Hành lá	0,87 gam	kg	0,4	30.000	12.000	72	4,2	-	13,8
3	4082	Rau mùi tàu	0,87 gam	kg	0,4	40.000	16.000	68	6,7	-	10,2
4	5044	Quả thanh long	80,09 gam	kg	37	19.000	703.000	14.800	481	-	3.219
5	7053	Sườn lợn (cả xương)	34,63 gam	kg	16	100.000	1.600.000	12.866	1.231,5	880,6	-
6	7084	Thịt lợn, nạc vai	27,92 gam	kg	12,9	140.000	1.806.000	19.479	2.734,8	954,6	-
7	9004	Trứng vịt	39,39 gam	kg	18,2	60.000	1.092.000	27.483	2.082,1	1.921,9	464,5
8	13003	Gừng tươi	0,65 gam	kg	0,3	35.000	10.500	67	1,1	-	15,7
9	13017	Nước mắm cá	1,73 gam	lít	0,8	68.000	54.400	278	40,5	0,1	28,8
10	13034	Hạt nêm	1,95 gam	kg	0,9	52.000	46.800	1.782	135	18	270
11	13039	Bột canh	1,73 gam	kg	0,8	19.000	15.200	-	-	-	-
12	500016	Gạo bắc thơm	103,9 gam	kg	48	20.000	960.000	165.120	3.792	480	36.432
13	500018	Dầu đậu nành Simply	4,98 gam	lít	2,3	57.000	131.100	20.700	-	2.300	-
14	500019	Mỡ lợn sống	3,9 gam	kg	1,8	70.000	126.000	11.340	-	1.260	-
15	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	12,99 gam	kg	6	260.000	1.560.000	29.220	1.170	1.392	2.760
16	500054	Rau cải ngọt	29,22 gam	kg	13,5	15.000	202.500	878	189	13,5	-
17	500055	Con ghẹ biển làm sạch	5,19 gam	kg	2,4	52.000	124.800	414	91,4	5,4	-
18	500063	Hành củ tái	0,87 gam	kg	0,4	25.000	10.000	96	5,2	-	19,2
<b>TỔNG CỘNG</b>							<b>8.546.800</b>	<b>308.263</b>	<b>12.043</b>	<b>9.226</b>	<b>44.055</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	
61%	39%	<b>Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất</b>					667 kcal	26,1	20	95,4	
<b>Cơ cấu chất béo</b>		<b>Tỷ lệ đáp ứng thực tế</b>						<b>108,5%</b>	<b>113,0%</b>	<b>97,4%</b>	<b>112,8%</b>
<i>Động vật</i>	<i>Thực vật</i>	<b>NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)</b>						104 kcal	180 kcal	381 kcal	
70%	30%	<b>NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G</b>						<b>15,7%</b>	<b>27,0%</b>	<b>57,3%</b>	
<b>Chi phí thực phẩm</b>		<b>8.546.800 VND</b>		<b>Chi phí bình quân 1 suất ăn</b>			<b>18.500 VND</b>		<b>Chênh lệch</b>		



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



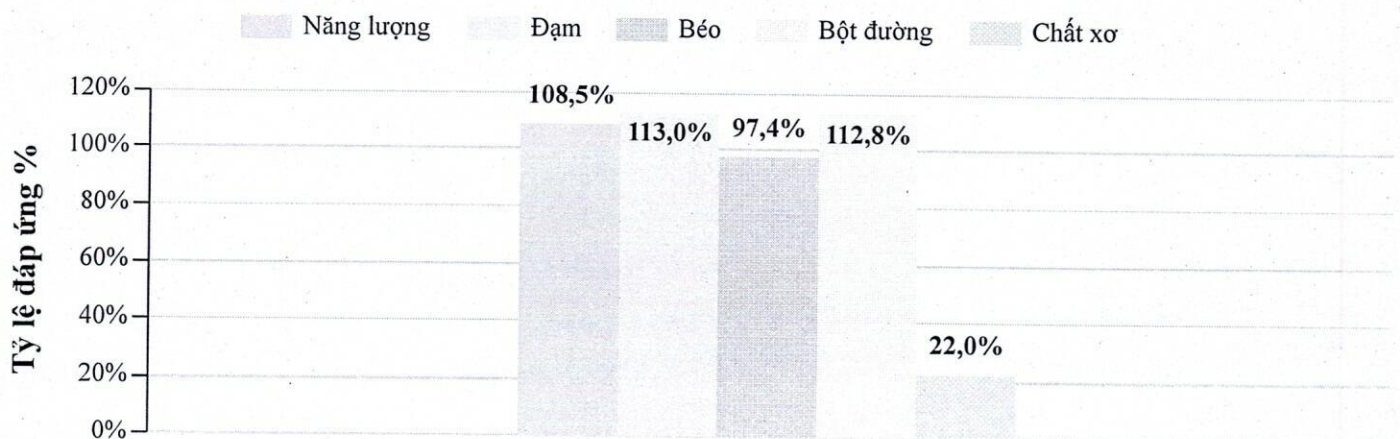
**Phạm Thị Huyền**

*Tuyệt*

**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

