

**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 4 năm 2026

Số suất ăn: 179

<b>Bữa chính buổi trưa</b>	Cơm bắc thơm; Cá trắm sốt cà chua, hành, mùi; Canh bí xanh nấu cua ghe; Tráng miệng: Thanh long
<b>Bữa phụ</b>	Sữa bột pha nước ấm
<b>Bữa chính buổi chiều</b>	Cơm bắc thơm; Trứng vịt rim thịt lợn sườn vai; Canh rau ngót 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	4002	Bí đao (bí xanh)	38,55 gam	kg	6,9	14.000	96.600	604	30,2	-	120,9
2	4005	Cà chua	5,03 gam	kg	0,9	12.000	10.800	164	5,1	-	35,9
3	4038	Hành lá	1,12 gam	kg	0,2	35.000	7.000	36	2,1	-	6,9
4	4082	Rau mùi tàu	1,12 gam	kg	0,2	40.000	8.000	34	3,4	-	5,1
5	4086	Rau ngót	5,59 gam	kg	1	85.000	85.000	268	40,8	-	26,2
6	5044	Quả thanh long	78,21 gam	kg	14	22.000	308.000	5.600	182	-	1.218
7	7611	Thịt lợn sườn vai	15,64 gam	kg	2,8	133.000	372.400	6.468	481,6	504	-
8	9004	Trứng vịt	39,11 gam	kg	7	60.000	420.000	10.571	800,8	739,2	178,6
9	13003	Gừng tươi	0,56 gam	kg	0,1	35.000	3.500	22	0,4	-	5,2
10	13039	Bột canh	1,68 gam	kg	0,3	19.000	5.700	-	-	-	-
11	500016	Gạo bắc thơm	80,45 gam	kg	14,4	20.000	288.000	49.536	1.137,6	144	10.929,6
12	500019	Mỡ lợn sống	5,59 gam	kg	1	70.000	70.000	6.300	-	700	-
13	500036	Dầu đậu nành Simply.	6,7 gam	kg	1,2	58.000	69.600	10.800	-	1.200	-
14	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	8,94 gam	kg	1,6	260.000	416.000	7.792	312	371,2	736
15	500042	Sữa bột Nuvi Grow School 1+	3,91 gam	kg	0,7	260.000	182.000	3.535	161	185,5	304,5
16	500050	Cá trắm cỏ nguyên con	55,31 gam	kg	9,9	80.000	792.000	5.882	1.094	167,3	-
17	500051	Cây làm sạch	4,47 gam	kg	0,8	110.000	88.000	745	150,6	14,1	-
18	500055	Con ghe biển làm sạch	5,03 gam	kg	0,9	52.000	46.800	155	34,3	2	-
19	500060	Nước mắm Lâm Bão	1,68 gam	lít	0,3	70.000	21.000	104	15,2	-	10,8
20	500063	Hành củ tái	1,12 gam	kg	0,2	25.000	5.000	48	2,6	-	9,6
21	500064	Hạt nêm MEIZAN	1,68 gam	kg	0,3	52.000	15.600	600	33	3	54
<b>TỔNG CỘNG</b>							<b>3.311.000</b>	<b>109.265</b>	<b>4.487</b>	<b>4.030</b>	<b>13.641</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
68%	32%	<b>Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất</b>						610 kcal	25,1	22,5	76,2



Cơ cấu chất béo		Tỷ lệ đáp ứng thực tế	101,0%	110,6%	95,8%	100,9%
Động vật	Thực vật	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)		100 kcal	203 kcal	305 kcal
67%	33%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G		16,5%	33,3%	50,2%
Chi phí thực phẩm		3.311.000 VND	Chi phí bình quân 1 suất ăn	18.497 VND		Chênh lệch
Chi phí, dịch vụ khác		-	Chi phí định mức 1 suất ăn	18.500 VND		3 VND

**KIỂM TRA VÀ DUYỆT**

**NGƯỜI LẬP**

*Năng lượng & tỷ lệ P:L:G đảm bảo*



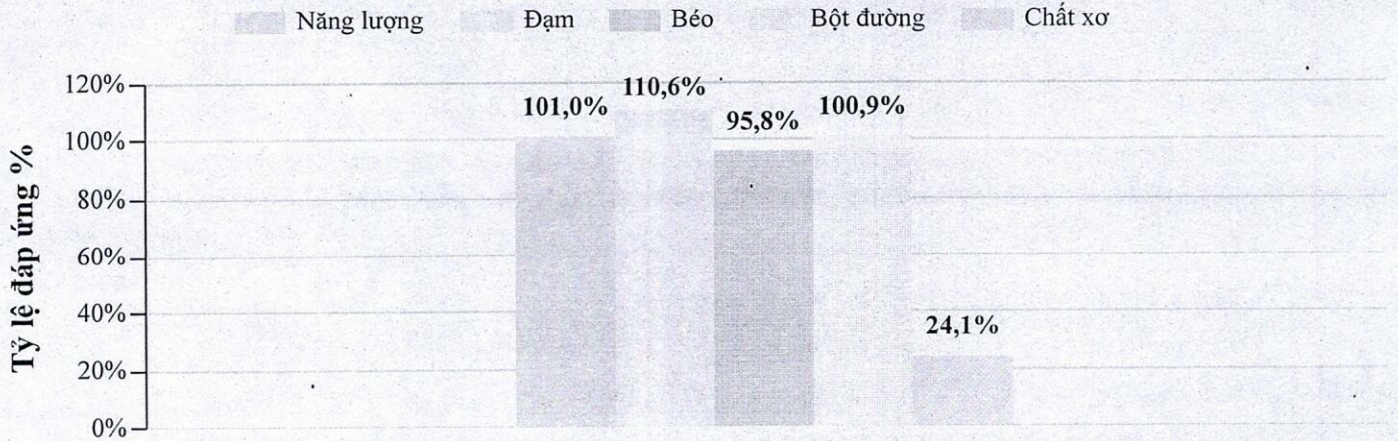
Phạm Thị Huyền

*Luyệt*

Đỗ Thị Tuyết

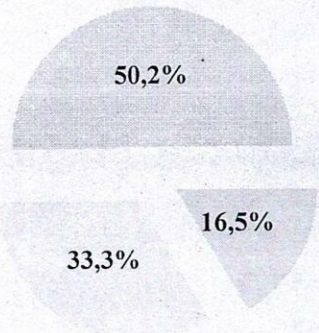
**MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG**

**Các chỉ số dinh dưỡng**



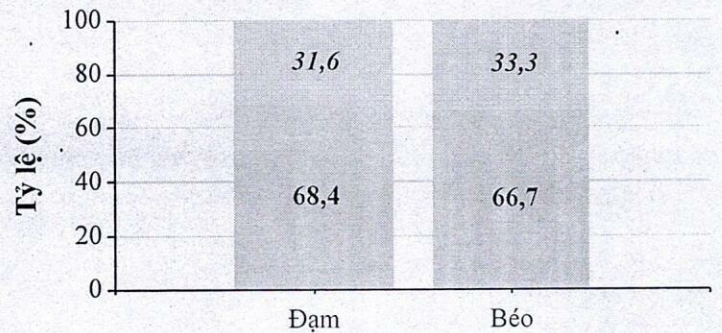
**TỶ LỆ P:L:G**

Đạm Béo Bột đường



**GỐC THỰC PHẨM**

Gốc thực vật Gốc động vật



**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: 460

Ngày: 10 tháng 4 năm 2026

<b>Bữa chính buổi trưa</b>	Cơm bắc thơm; Cá trắm sốt cà chua, hành, mùi; Canh bí xanh nấu cua ghe; Tráng miệng: Thanh long
<b>Bữa phụ</b>	Bún khô thịt lợn sấn vai riêu cáy rau cải hành lá, mùi tàu; 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	4002	Bí đao (bí xanh)	40 gam	kg	18,4	14.000	257.600	1.612	80,6	-	322,4
2	4005	Cà chua	5,22 gam	kg	2,4	12.000	28.800	438	13,7	-	95,8
3	4038	Hành lá	0,87 gam	kg	0,4	35.000	14.000	72	4,2	-	13,8
4	4082	Rau mùi tàu	0,87 gam	kg	0,4	40.000	16.000	68	6,7	-	10,2
5	5044	Quả thanh long	80 gam	kg	36,8	22.000	809.600	14.720	478,4	-	3.201,6
6	7611	Thịt lợn sấn vai	19,57 gam	kg	9	133.000	1.197.000	20.790	1.548	1.620	-
7	13003	Gừng tươi	0,65 gam	kg	0,3	35.000	10.500	67	1,1	-	15,7
8	13039	Bột canh	1,74 gam	kg	0,8	19.000	15.200	-	-	-	-
9	500016	Gạo bắc thơm	85,43 gam	kg	39,3	20.000	786.000	135.192	3.104,7	393	29.828,7
10	500019	Mỡ lợn sống	8,04 gam	kg	3,7	70.000	259.000	23.310	-	2.590	-
11	500036	Dầu đậu nành Simply.	5,43 gam	kg	2,5	58.000	145.000	22.500	-	2.500	-
12	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	12,83 gam	kg	5,9	260.000	1.534.000	28.733	1.150,5	1.368,8	2.714
13	500048	Bún khô HH	19,57 gam	kg	9	30.000	270.000	29.942	513	51,3	6.857,1
14	500050	Cá trắm cỏ nguyên con	58,04 gam	kg	26,7	80.000	2.136.000	15.862	2.950,4	451,2	-
15	500051	Cáy làm sạch	14,78 gam	kg	6,8	110.000	748.000	6.336	1.279,8	119,7	-
16	500052	Rau cải ngồng	5 gam	kg	2,3	18.000	41.400	708	27,6	18,4	108,1
17	500055	Con ghe biển làm sạch	5,87 gam	kg	2,7	52.000	140.400	466	102,8	6	-
18	500060	Nước mắm Lâm Bão	1,52 gam	lít	0,7	70.000	49.000	243	35,4	0,1	25,2
19	500063	Hành củ tái	0,87 gam	kg	0,4	25.000	10.000	96	5,2	-	19,2
20	500064	Hạt nêm MEIZAN	1,74 gam	kg	0,8	52.000	41.600	1.600	88	8	144
<b>TỔNG CỘNG</b>							<b>8.509.100</b>	<b>302.755</b>	<b>11.390</b>	<b>9.127</b>	<b>43.356</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	
63%	37%	<b>Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất</b>					658 kcal	24,8	19,8	94,3	
<b>Cơ cấu chất béo</b>		<b>Tỷ lệ đáp ứng thực tế</b>						107,0%	107,4%	96,8%	111,5%
<i>Động vật</i>	<i>Thực vật</i>	<b>NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)</b>						99 kcal	179 kcal	377 kcal	
68%	32%	<b>NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G</b>						15,1%	27,3%	57,6%	
<b>Chi phí thực phẩm</b>		<b>8.509.100 VND</b>		<b>Chi phí bình quân 1 suất ăn</b>		<b>18.498 VND</b>		<b>Chênh lệch</b>			



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*



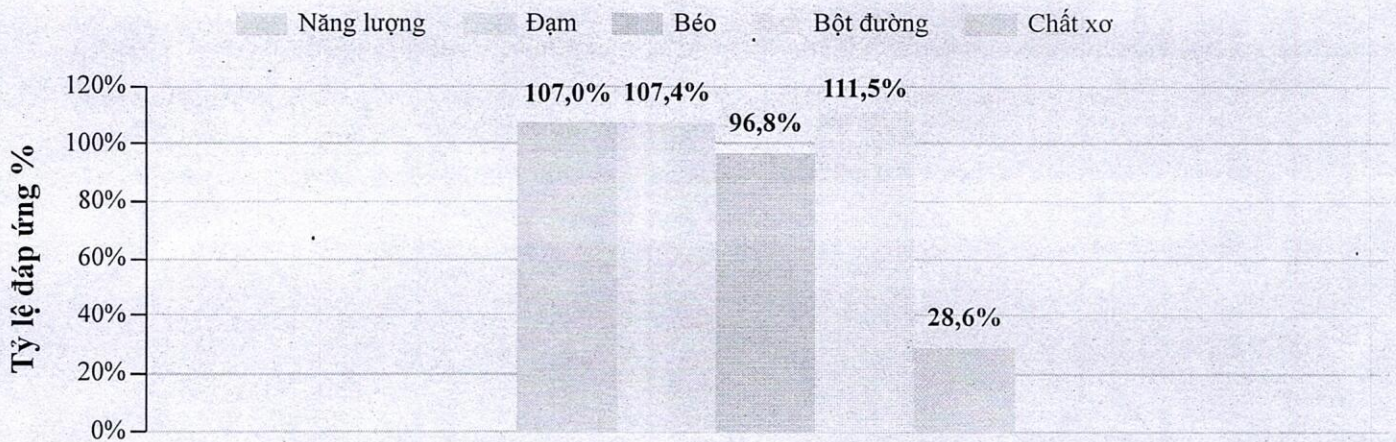
**Phạm Thị Huyền**

*Đỗ Thị Tuyết*

**Đỗ Thị Tuyết**

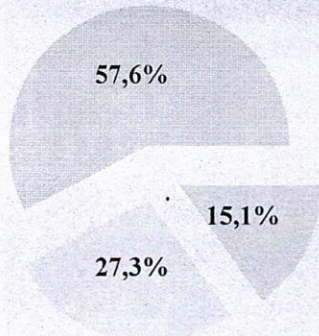
**MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG**

**Các chỉ số dinh dưỡng**



**TỶ LỆ P:L:G**

Đạm Béo Bột đường



**GỐC THỰC PHẨM**

Gốc thực vật Gốc động vật

