

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: 158

Ngày: 3 tháng 4 năm 2026

Bữa chính buổi trưa	Com bắc thơm; Cá trắm sốt cà chua hành, mùi; Canh bí ngô nấu thịt lợn nạc vai.
Bữa phụ	Sữa bột pha nước ấm.
Bữa chính buổi chiều	Com Bắc thơm; Thịt lợn sấn vai rim hành tây, hành mùi; Canh rau muống 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	4003	Bí ngô	43,04 gam	kg	6,8	14.000	95.200	1.520	17,5	-	362,6
2	4005	Cà chua	10,76 gam	kg	1,7	12.000	20.400	310	9,7	-	67,8
3	4038	Hành lá	1,27 gam	kg	0,2	35.000	7.000	36	2,1	-	6,9
4	4039	Hành tây	5,7 gam	kg	0,9	13.000	11.700	302	13,4	-	62
5	4082	Rau mùi tàu	1,27 gam	kg	0,2	40.000	8.000	34	3,4	-	5,1
6	4083	Rau muống	27,22 gam	kg	4,3	18.000	77.400	833	117	-	91,4
7	7084	Thịt lợn, nạc vai	3,16 gam	kg	0,5	135.000	67.500	755	106	37	-
8	7611	Thịt lợn sấn vai	31,96 gam	kg	5,05	133.000	671.650	11.666	868,6	909	-
9	13003	Gừng tươi	0,63 gam	kg	0,1	35.000	3.500	22	0,4	-	5,2
10	13017	Nước mắm cá	1,27 gam	lít	0,2	68.000	13.600	69	10,1	-	7,2
11	13039	Bột canh	1,9 gam	kg	0,3	19.000	5.700	-	-	-	-
12	500016	Gạo bắc thơm	88,61 gam	kg	14	20.000	280.000	48.160	1.106	140	10.626
13	500018	Dầu đậu nành Simply	3,16 gam	lít	0,5	57.000	28.500	4.500	-	500	-
14	500019	Mỡ lợn sống	7,59 gam	kg	1,2	70.000	84.000	7.560	-	840	-
15	500036	Dầu đậu nành Simply.	3,16 gam	kg	0,5	58.000	29.000	4.500	-	500	-
16	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	8,86 gam	kg	1,4	260.000	364.000	6.818	273	324,8	644
17	500042	Sữa bột Nuvi Grow School 1+	3,8 gam	kg	0,6	260.000	156.000	3.030	138	159	261
18	500050	Cá trắm cỏ nguyên con	68,35 gam	kg	10,8	80.000	864.000	6.416	1.193,4	182,5	-
19	500051	Cáy làm sạch	5,7 gam	kg	0,9	110.000	99.000	839	169,4	15,8	-
20	500060	Nước mắm Lâm Bảo	1,27 gam	lít	0,2	70.000	14.000	69	10,1	-	7,2
21	500063	Hành củ tái	1,27 gam	kg	0,2	25.000	5.000	48	2,6	-	9,6
22	500064	Hạt nêm MEIZAN	1,9 gam	kg	0,3	52.000	15.600	600	33	3	54
TỔNG CỘNG							2.920.750	98.088	4.074	3.611	12.210
Cơ cấu chất đạm		Nhu cầu dinh dưỡng cả ngày						930	34,9	36,2	116,3
Động vật	Thực vật	Tỷ lệ cung cấp dinh dưỡng ở trường			65%		605	22,7	23,5	75,6	
68%	32%	Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất					621 kcal	25,8	22,9	77,3	



Cơ cấu chất béo		Tỷ lệ đáp ứng thực tế		102,7%	113,7%	97,2%	102,3%
Động vật	Thực vật	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)			103 kcal	206 kcal	309 kcal
68%	32%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G			16,7%	33,3%	50,0%
Chi phí thực phẩm		2.920.750 VND	Chi phí bình quân 1 suất ăn		18.486 VND		Chênh lệch
Chi phí, dịch vụ khác		-	Chi phí định mức 1 suất ăn		18.500 VND		14 VND

KIỂM TRA VÀ DUYỆT

Năng lượng tỷ lệ P: L: G theo báo



Phạm Thị Huyền

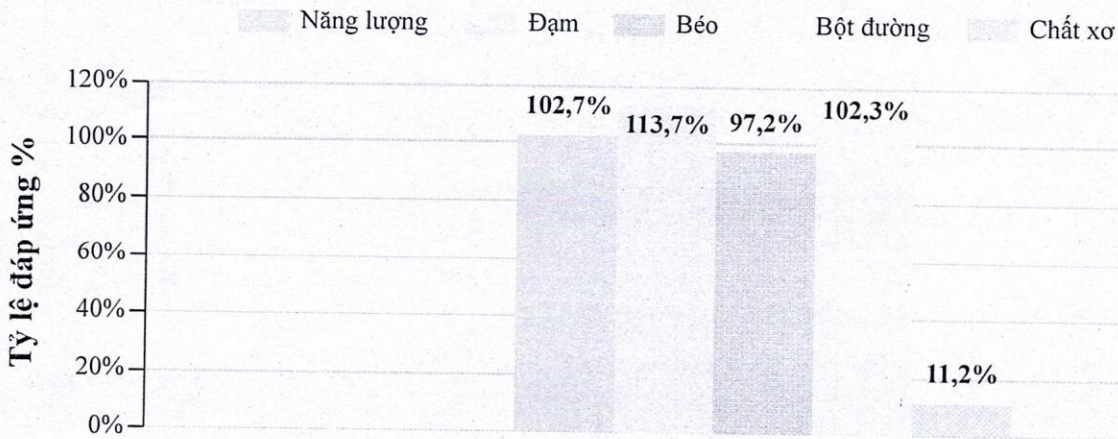
NGƯỜI LẬP

Tuyệt

Đỗ Thị Tuyết

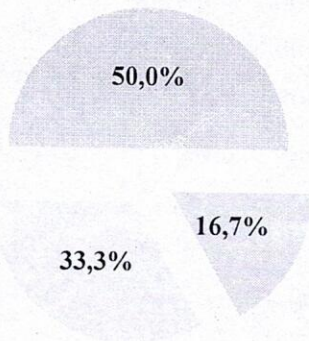
MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

Các chỉ số dinh dưỡng



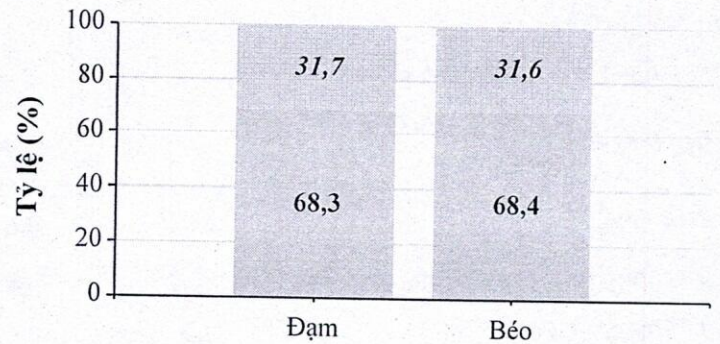
TỶ LỆ P:L:G

Đạm Béo Bột đường



GỐC THỰC PHẨM

Gốc thực vật Gốc động vật



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: 3 tháng 4 năm 2026

Số suất ăn: 426

Bữa chính buổi trưa	Cơm bắc thơm; Cá trắm sốt cà chua hành, mùi; Canh bí ngô nấu thịt lợn nạc ; Món xào: Su su xào thịt bò.
Bữa phụ	Bún khô thịt lợn riêu rau cải hành lá, rau 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	4003	Bí ngô	43,19 gam	kg	18,4	14.000	257.600	4.114	47,5	-	981,1
2	4005	Cà chua	10,56 gam	kg	4,5	12.000	54.000	821	25,7	-	179,6
3	4038	Hành lá	0,94 gam	kg	0,4	35.000	14.000	72	4,2	-	13,8
4	4082	Rau mùi tàu	0,94 gam	kg	0,4	40.000	16.000	68	6,7	-	10,2
5	4098	Su su (quả)	34,04 gam	kg	14,5	11.000	159.500	2.088	92,8	-	429,2
6	7084	Thịt lợn, nạc vai	22,77 gam	kg	9,7	135.000	1.309.500	14.647	2.056,4	717,8	-
7	13003	Gừng tươi	0,94 gam	kg	0,4	35.000	14.000	89	1,4	-	20,9
8	13017	Nước mắm cá	1,29 gam	lít	0,55	68.000	37.400	191	27,8	0,1	19,8
9	13039	Bột canh	1,64 gam	kg	0,7	19.000	13.300	-	-	-	-
10	500016	Gạo bắc thơm	86,38 gam	kg	36,8	20.000	736.000	126.592	2.907,2	368	27.931,2
11	500018	Dầu đậu nành Simply	2,58 gam	lít	1,1	57.000	62.700	9.900	-	1.100	-
12	500019	Mỡ lợn sống	10,56 gam	kg	4,5	70.000	315.000	28.350	-	3.150	-
13	500036	Dầu đậu nành Simply.	2,35 gam	kg	1	58.000	58.000	9.000	-	1.000	-
14	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	13,15 gam	kg	5,6	260.000	1.456.000	27.272	1.092	1.299,2	2.576
15	500045	Thịt bò tươi loại Nạc mông	1,64 gam	kg	0,7	235.000	164.500	809	144,1	26,1	-
16	500048	Bún khô HH	19,72 gam	kg	8,4	30.000	252.000	27.946	478,8	47,9	6.400
17	500050	Cá trắm cỏ nguyên con	61,74 gam	kg	26,3	80.000	2.104.000	15.625	2.906,2	444,5	-
18	500051	Cây làm sạch	16,2 gam	kg	6,9	110.000	759.000	6.429	1.298,6	121,4	-
19	500052	Rau cải ngồng	5,4 gam	kg	2,3	18.000	41.400	708	27,6	18,4	108,1
20	500060	Nước mắm Lâm Bảo	0,35 gam	lít	0,15	70.000	10.500	52	7,6	-	5,4
21	500063	Hành củ tái	0,94 gam	kg	0,4	25.000	10.000	96	5,2	-	19,2
22	500064	Hạt nêm MEIZAN	1,64 gam	kg	0,7	52.000	36.400	1.400	77	7	126
TỔNG CỘNG							7.880.800	276.270	11.207	8.300	38.820
Cơ cấu chất đạm		Nhu cầu dinh dưỡng cả ngày						1.230	46,1	41,0	169,1
Động vật	Thực vật	Tỷ lệ cung cấp dinh dưỡng ở trường		50%			615	23,1	20,5	84,6	



68%	32%	Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất	649 kcal	26,3	19,5	91,1
Cơ cấu chất béo		Tỷ lệ đáp ứng thực tế		105,5%	114,1%	107,8%
Động vật	Thực vật	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)		105 kcal	175 kcal	365 kcal
69%	31%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G		16,3%	27,2%	56,5%
Chi phí thực phẩm		7.880.800 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

Phạm Thị Huyền

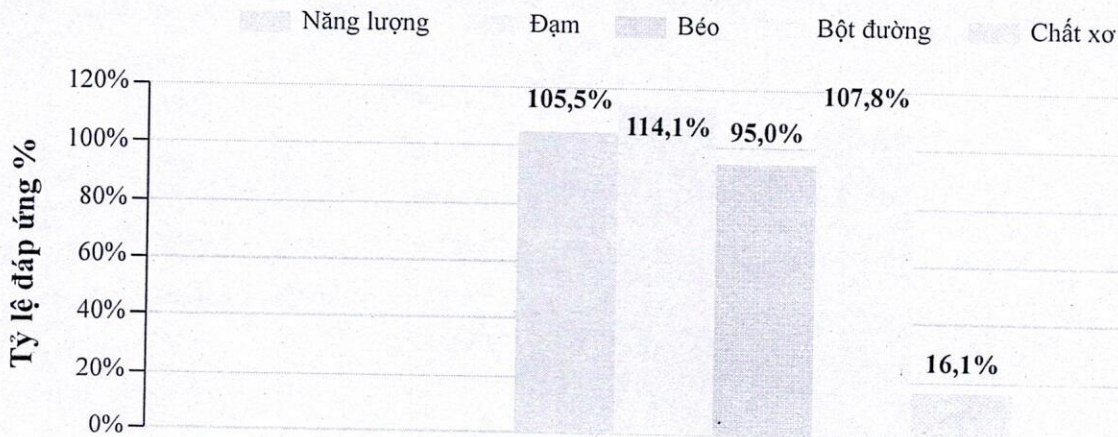
NGƯỜI LẬP

Tuyệt

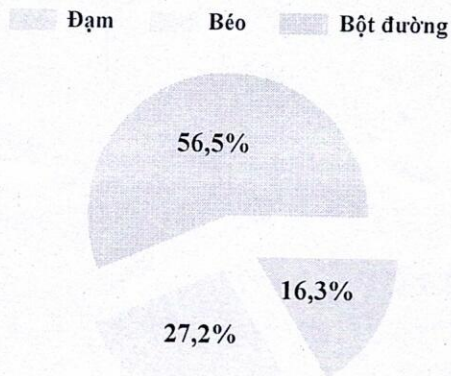
Đỗ Thị Tuyết

MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

Các chỉ số dinh dưỡng



TỶ LỆ P:L:G



GỐC THỰC PHẨM

