

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: 31 tháng 3 năm 2026

Số suất ăn: 168

Bữa chính buổi trưa	Cơm bắc thơm; Thịt lợn sấn vai sốt đậu phụ cà chua hành mùi; Canh bí ngô nấu thịt lợn nạc vai.
Bữa phụ	Sữa bột pha nước ấm.
Bữa chính buổi chiều	Cơm Bắc thơm; Thịt bò sốt hành tây hành, mùi; Canh mồng toi nấu cua ghe.

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	10,71 gam	kg	1,8	24.000	43.200	1.710	196,2	97,2	12,6
2	4003	Bí ngô	41,67 gam	kg	7	14.000	98.000	1.565	18,1	-	373,2
3	4005	Cà chua	5,95 gam	kg	1	11.000	11.000	182	5,7	-	39,9
4	4038	Hành lá	1,19 gam	kg	0,2	30.000	6.000	36	2,1	-	6,9
5	4039	Hành tây	5,95 gam	kg	1	14.000	14.000	335	14,9	-	68,9
6	4080	Rau mồng toi	23,81 gam	kg	4	18.000	72.000	452	66,4	-	46,5
7	4082	Rau mùi tàu	1,19 gam	kg	0,2	40.000	8.000	34	3,4	-	5,1
8	7084	Thịt lợn, nạc vai	3,57 gam	kg	0,6	140.000	84.000	906	127,2	44,4	-
9	7611	Thịt lợn sấn vai	39,88 gam	kg	6,7	138.000	924.600	15.477	1.152,4	1.206	-
10	13003	Gừng tươi	0,6 gam	kg	0,1	35.000	3.500	22	0,4	-	5,2
11	13017	Nước mắm cá	1,79 gam	lít	0,3	68.000	20.400	104	15,2	-	10,8
12	13034	Hạt nêm	1,79 gam	kg	0,3	52.000	15.600	594	45	6	90
13	13039	Bột canh	1,79 gam	kg	0,3	19.000	5.700	-	-	-	-
14	500016	Gạo bắc thơm	89,29 gam	kg	15	20.000	300.000	51.600	1.185	150	11.385
15	500018	Dầu đậu nành Simply	6,55 gam	lít	1,1	57.000	62.700	9.900	-	1.100	-
16	500019	Mỡ lợn sống	5,95 gam	kg	1	70.000	70.000	6.300	-	700	-
17	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	9,52 gam	kg	1,6	260.000	416.000	7.792	312	371,2	736
18	500042	Sữa bột Nuvi Grow School 1+	3,87 gam	kg	0,65	260.000	169.000	3.283	149,5	172,3	282,8
19	500045	Thịt bò tươi loại Nạc mông	18,45 gam	kg	3,1	235.000	728.500	3.585	638	115,4	-
20	500055	Con ghe biển làm sạch	5,95 gam	kg	1	52.000	52.000	172	38,1	2,2	-
21	500063	Hành củ tái	1,19 gam	kg	0,2	25.000	5.000	48	2,6	-	9,6
TỔNG CỘNG							3.109.200	104.097	3.972	3.965	13.072
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
61%	39%	Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất					620 kcal	23,6	23,6	77,8	



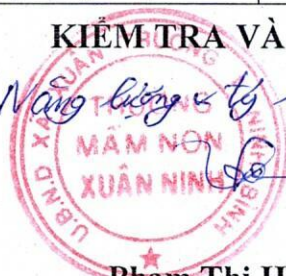
Cơ cấu chất béo		Tỷ lệ đáp ứng thực tế		102,5%	104,3%	100,4%	103,0%
Động vật	Thực vật	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)		95 kcal	212 kcal	311 kcal	
66%	34%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G		15,3%	34,4%	50,3%	
Chi phí thực phẩm	3.109.200 VND	Chi phí bình quân 1 suất ăn	18.507 VND	Chênh lệch			
Chi phí, dịch vụ khác	-	Chi phí định mức 1 suất ăn	18.500 VND	-7 VND			

KIỂM TRA VÀ DUYỆT

NGƯỜI LẬP

Năng lượng & tỷ lệ P:L:G của sữa béo

Đuyệt

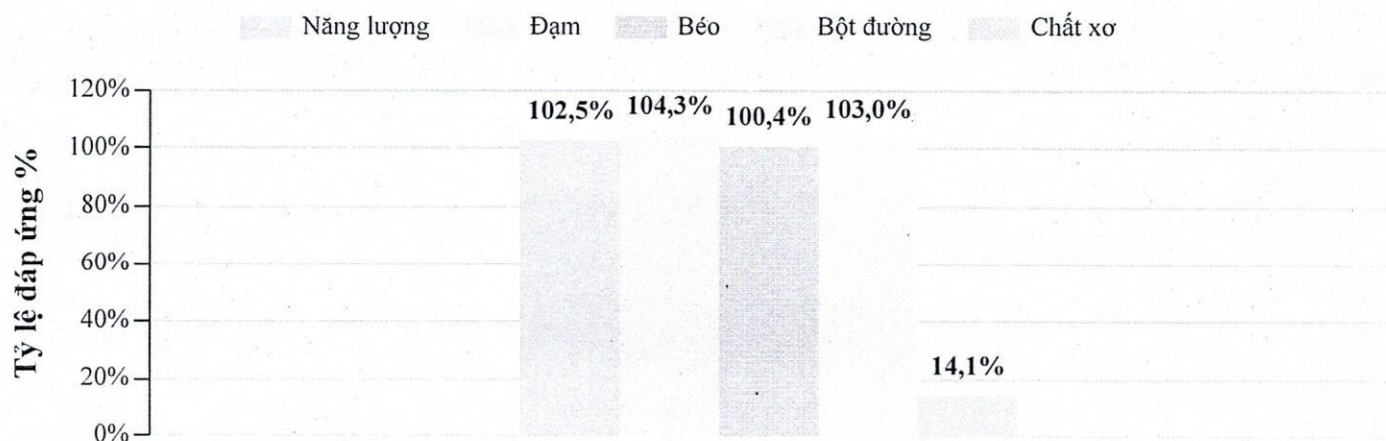


Phạm Thị Huyền

Đỗ Thị Tuyết

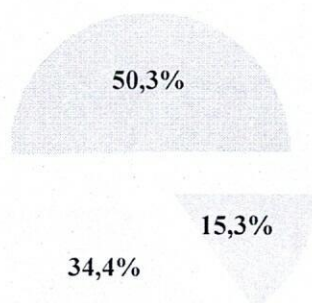
MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

Các chỉ số dinh dưỡng



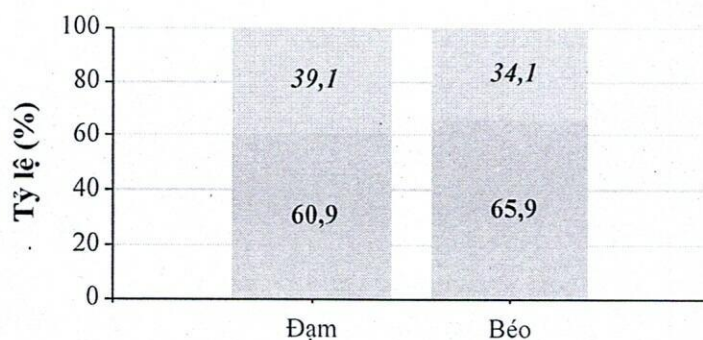
TỶ LỆ P:L:G

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: 31 tháng 3 năm 2026

Số suất ăn: 466

Bữa chính buổi trưa Com bắc thơm; Thịt lợn sấn vai sốt đậu phụ cà chua hành mùi; Canh bí ngô nấu thịt lợn nạc vai; Món xào: Đậu cô ve xào thịt bò.

Bữa phụ Bún khô thịt nạc rau cải, 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	6,22 gam	kg	2,9	24.000	69.600	2.755	316,1	156,6	20,3
2	4003	Bí ngô	38,63 gam	kg	18	14.000	252.000	4.025	46,4	-	959,8
3	4005	Cà chua	5,79 gam	kg	2,7	11.000	29.700	492	15,4	-	107,7
4	4029	Đậu cô ve	30,04 gam	kg	14	20.000	280.000	9.223	630	-	1.675,8
5	4038	Hành lá	0,86 gam	kg	0,4	30.000	12.000	72	4,2	-	13,8
6	4082	Rau mùi tàu	0,86 gam	kg	0,4	40.000	16.000	68	6,7	-	10,2
7	7084	Thịt lợn, nạc vai	3 gam	kg	1,4	140.000	196.000	2.114	296,8	103,6	-
8	7611	Thịt lợn sấn vai	38,41 gam	kg	17,9	138.000	2.470.200	41.349	3.078,8	3.222	-
9	13003	Gừng tươi	0,64 gam	kg	0,3	35.000	10.500	67	1,1	-	15,7
10	13017	Nước mắm cá	1,72 gam	lít	0,8	68.000	54.400	278	40,5	0,1	28,8
11	13034	Hạt nêm	1,72 gam	kg	0,8	52.000	41.600	1.584	120	16	240
12	13039	Bột canh	1,72 gam	kg	0,8	19.000	15.200	-	-	-	-
13	500016	Gạo bắc thơm	86,7 gam	kg	40,4	20.000	808.000	138.976	3.191,6	404	30.663,6
14	500018	Dầu đậu nành Simply	5,15 gam	lít	2,4	57.000	136.800	21.600	-	2.400	-
15	500019	Mỡ lợn sống	1,07 gam	kg	0,5	70.000	35.000	3.150	-	350	-
16	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	13,3 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	1,5 gam	kg	0,7	235.000	164.500	809	144,1	26,1	-
18	500048	Bún khô HH	19,31 gam	kg	9	30.000	270.000	29.942	513	51,3	6.857,1
19	500052	Rau cải ngồng	3,86 gam	kg	1,8	18.000	32.400	554	21,6	14,4	84,6
20	500056	Thịt nạc bò đầu chân	35,84 gam	kg	16,7	126.000	2.104.200	22.244	1.315,1	1.886,3	-
21	500063	Hành củ tái	0,86 gam	kg	0,4	25.000	10.000	96	5,2	-	19,2
TỔNG CỘNG							8.620.100	309.593	10.956	10.069	43.549
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		
55%	45%	Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất				664 kcal	23,5	21,6	93,5		
Cơ cấu chất béo		Tỷ lệ đáp ứng thực tế					108,0%	101,9%	105,4%	110,5%	
<i>Động vật</i>	<i>Thực vật</i>	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)					94 kcal	194 kcal	374 kcal		



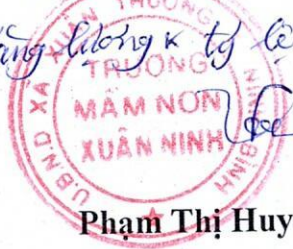
70%	30%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G		14,2%	29,4%	56,4%
Chi phí thực phẩm	8.620.100 VND	Chi phí bình quân 1 suất ăn	18.498 VND	Chênh lệch		
Chi phí, dịch vụ khác	-	Chi phí định mức 1 suất ăn	18.500 VND	2 VND		

KIỂM TRA VÀ DUYỆT

NGƯỜI LẬP

Năng lượng x tỷ lệ P:L:G đảm bảo

Tuyệt

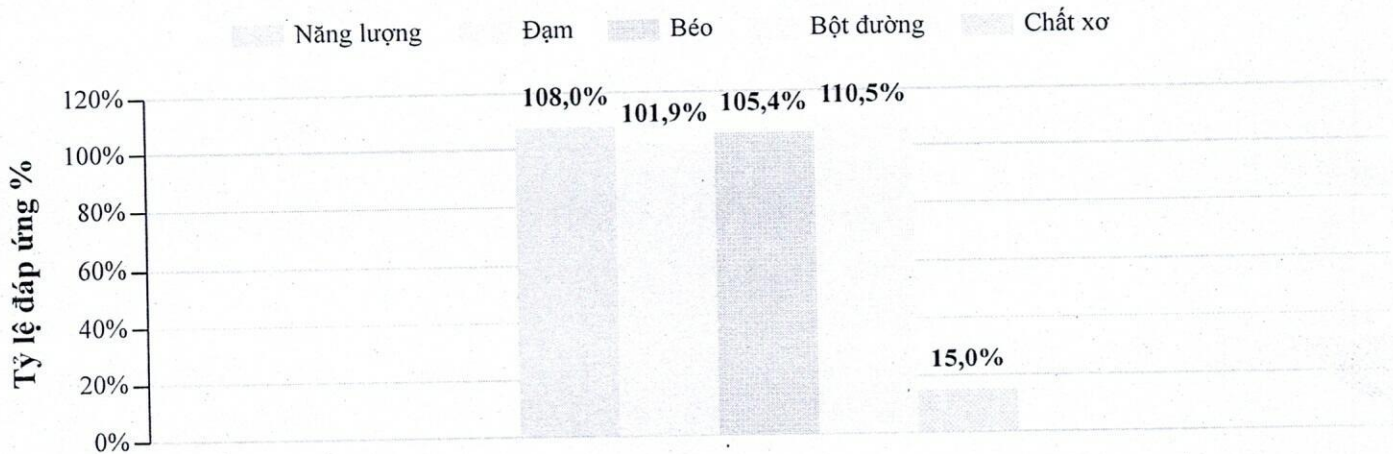


Phạm Thị Huyền

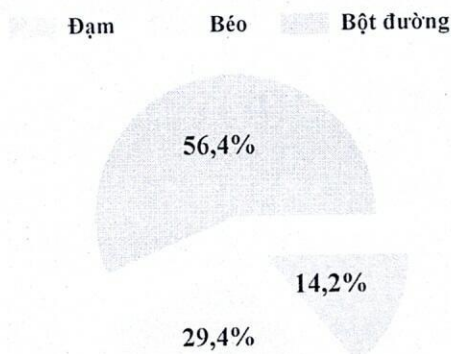
Đỗ Thị Tuyệt

MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

Các chỉ số dinh dưỡng



TỶ LỆ P:L:G



GỐC THỰC PHẨM

