

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: 5 tháng 5 năm 2026

Số suất ăn: 185

Bữa chính buổi trưa	Cơm bắc thơm; Thịt lợn sấn vai sốt đậu phụ cà chua hành mùi; Canh rau muống nấu cua ghẹ; Tráng miệng: Thanh long
Bữa phụ	Sữa bột pha nước ấm.
Bữa chính buổi chiều	Cơm Bắc thơm; Trứng cút rim thịt lợn nạc vai hành, mùi; Canh bầu 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	3025	Đậu phụ	5,41 gam	kg	1	24.000	24.000	950	109	54	7
2	4001	Bầu	27,57 gam	kg	5,1	14.000	71.400	600	25,7	-	124,2
3	4005	Cà chua	5,41 gam	kg	1	13.000	13.000	182	5,7	-	39,9
4	4038	Hành lá	1,08 gam	kg	0,2	30.000	6.000	36	2,1	-	6,9
5	4082	Rau mùi tàu	1,08 gam	kg	0,2	40.000	8.000	34	3,4	-	5,1
6	4083	Rau muống	28,65 gam	kg	5,3	18.000	95.400	1.027	144,2	-	112,6
7	5044	Quả thanh long	77,84 gam	kg	14,4	22.000	316.800	5.760	187,2	-	1.252,8
8	7084	Thịt lợn, nạc vai	17,3 gam	kg	3,2	135.000	432.000	4.832	678,4	236,8	-
9	7611	Thịt lợn sấn vai	32,43 gam	kg	6	133.000	798.000	13.860	1.032	1.080	-
10	9007	Trứng chim cút	37,84 gam	kg	7	58.000	406.000	9.778	796,2	652,3	180,7
11	13003	Gừng tươi	0,54 gam	kg	0,1	35.000	3.500	22	0,4	-	5,2
12	13039	Bột canh	1,62 gam	kg	0,3	19.000	5.700	-	-	-	-
13	500016	Gạo bắc thơm	84,86 gam	kg	15,7	20.000	314.000	54.008	1.240,3	157	11.916,3
14	500019	Mỡ lợn sống	3,78 gam	kg	0,7	70.000	49.000	4.410	-	490	-
15	500036	Dầu đậu nành Simply.	6,49 gam	kg	1,2	58.000	69.600	10.800	-	1.200	-
16	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	9,19 gam	kg	1,7	260.000	442.000	8.279	331,5	394,4	782
17	500042	Sữa bột Nuvi Grow School 1+	3,78 gam	kg	0,7	260.000	182.000	3.535	161	185,5	304,5
18	500051	Cáy làm sạch	4,32 gam	kg	0,8	110.000	88.000	745	150,6	14,1	-
19	500055	Con ghẹ biển làm sạch	5,41 gam	kg	1	57.000	57.000	172	38,1	2,2	-
20	500060	Nước mắm Lâm Bảo	1,62 gam	lít	0,3	70.000	21.000	104	15,2	-	10,8
21	500063	Hành củ tái	1,08 gam	kg	0,2	25.000	5.000	48	2,6	-	9,6
22	500064	Hạt nêm MEIZAN	1,62 gam	kg	0,3	52.000	15.600	600	33	3	54
TỔNG CỘNG							3.423.000	119.783	4.956	4.469	14.812
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



65%	35%	Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất	647 kcal	26,8	24,2	80,1
Cơ cấu chất béo		Tỷ lệ đáp ứng thực tế	107,1%	118,2%	102,8%	106,0%
Động vật	Thực vật	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)		107 kcal	217 kcal	320 kcal
68%	32%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G		16,6%	33,7%	49,7%
Chi phí thực phẩm		3.423.000 VND	Chi phí bình quân 1 suất ăn	18.503 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

Elegit

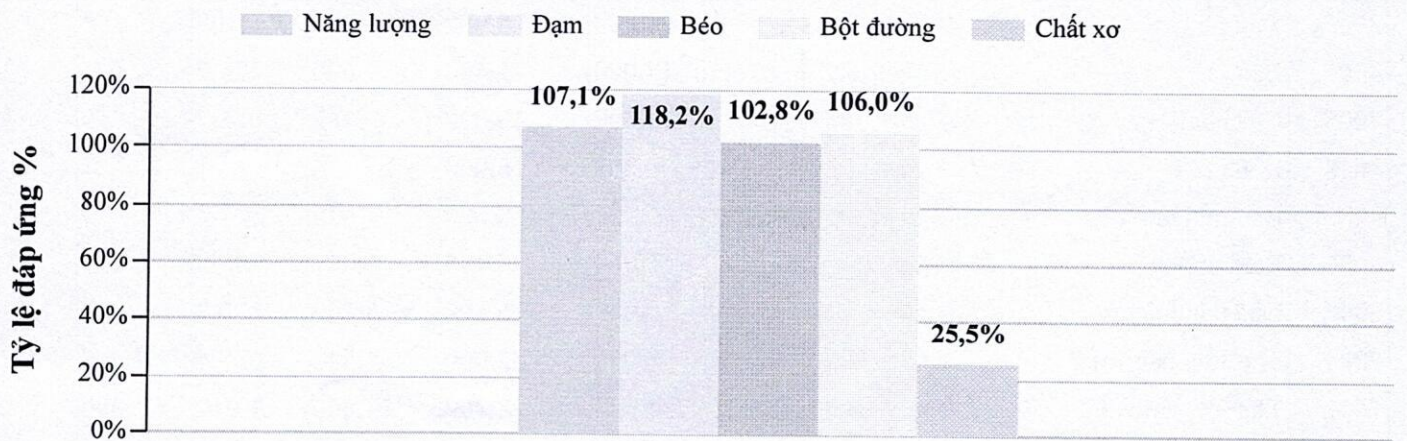


Phạm Thị Huyền

Đỗ Thị Tuyết

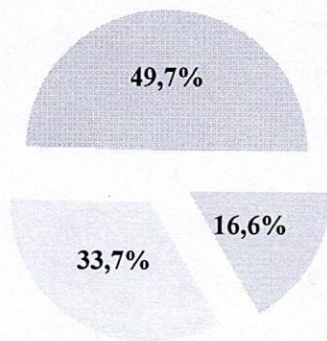
MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

Các chỉ số dinh dưỡng



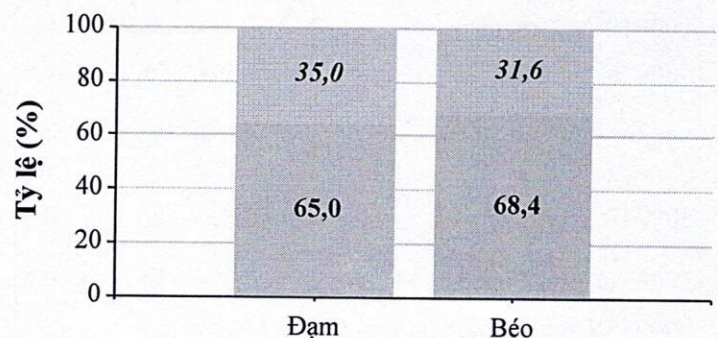
TỶ LỆ P:L:G

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: 5 tháng 5 năm 2026

Số suất ăn: 467

Bữa chính buổi trưa	Cơm bắc thơm; Thịt lợn sấn vai sốt đậu phụ cà chua hành mùi; Canh rau muống nấu cua ghẹ; Tráng miệng: Thanh long.
Bữa phụ	Bún khô thịt ngan giá đỗ, 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	6,21 gam	kg	2,9	24.000	69.600	2.755	316,1	156,6	20,3
2	4005	Cà chua	5,14 gam	kg	2,4	13.000	31.200	438	13,7	-	95,8
3	4036	Giá đỗ	4,28 gam	kg	2	15.000	30.000	821	104,5	-	100,7
4	4038	Hành lá	0,86 gam	kg	0,4	30.000	12.000	72	4,2	-	13,8
5	4082	Rau mùi tàu	0,86 gam	kg	0,4	40.000	16.000	68	6,7	-	10,2
6	4083	Rau muống	28,91 gam	kg	13,5	18.000	243.000	2.616	367,2	-	286,9
7	5044	Quả thanh long	76,23 gam	kg	35,6	22.000	783.200	14.240	462,8	-	3.097,2
8	7611	Thịt lợn sấn vai	35,01 gam	kg	16,35	133.000	2.174.550	37.769	2.812,2	2.943	-
9	13003	Gừng tươi	0,64 gam	kg	0,3	35.000	10.500	67	1,1	-	15,7
10	13039	Bột canh	1,71 gam	kg	0,8	19.000	15.200	-	-	-	-
11	500016	Gạo bắc thơm	85,65 gam	kg	40	20.000	800.000	137.600	3.160	400	30.360
12	500019	Mỡ lợn sống	0,86 gam	kg	0,4	70.000	28.000	2.520	-	280	-
13	500036	Dầu đậu nành Simply.	5,35 gam	kg	2,5	58.000	145.000	22.500	-	2.500	-
14	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	13,28 gam	kg	6,2	260.000	1.612.000	30.194	1.209	1.438,4	2.852
15	500048	Bún khô HH	19,91 gam	kg	9,3	30.000	279.000	30.940	530,1	53	7.085,7
16	500055	Con ghẹ biển làm sạch	5,78 gam	kg	2,7	57.000	153.900	466	102,8	6	-
17	500056	Thịt ngan bỏ đầu chân	35,12 gam	kg	16,4	130.000	2.132.000	21.845	1.291,5	1.852,4	-
18	500060	Nước mắm Lâm Bảo	1,61 gam	lít	0,75	70.000	52.500	260	38	0,1	27
19	500063	Hành củ tái	0,86 gam	kg	0,4	25.000	10.000	96	5,2	-	19,2
20	500064	Hạt nêm MEIZAN	1,71 gam	kg	0,8	52.000	41.600	1.600	88	8	144
TỔNG CỘNG							8.639.250	306.866	10.513	9.638	44.128
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		
52%	48%	Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất				657 kcal	22,5	20,6	94,5		
Cơ cấu chất béo		Tỷ lệ đáp ứng thực tế					106,8%	97,6%	100,7%	111,7%	
<i>Động vật</i>	<i>Thực vật</i>	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)					90 kcal	186 kcal	378 kcal		
68%	32%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G					13,8%	28,4%	57,8%		
Chi phí thực phẩm		8.639.250 VND		Chi phí bình quân 1 suất ăn		18.499 VND		Chênh lệch			

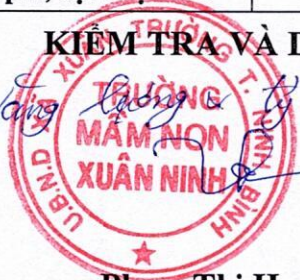


Chi phí, dịch vụ khác	-	Chi phí định mức 1 suất ăn	18.500 VND	1 VND
-----------------------	---	----------------------------	------------	-------

KIỂM TRA VÀ DUYỆT

NGƯỜI LẬP

Nàng Hoàng Thị Lệ P. L. G. Tâm Bào



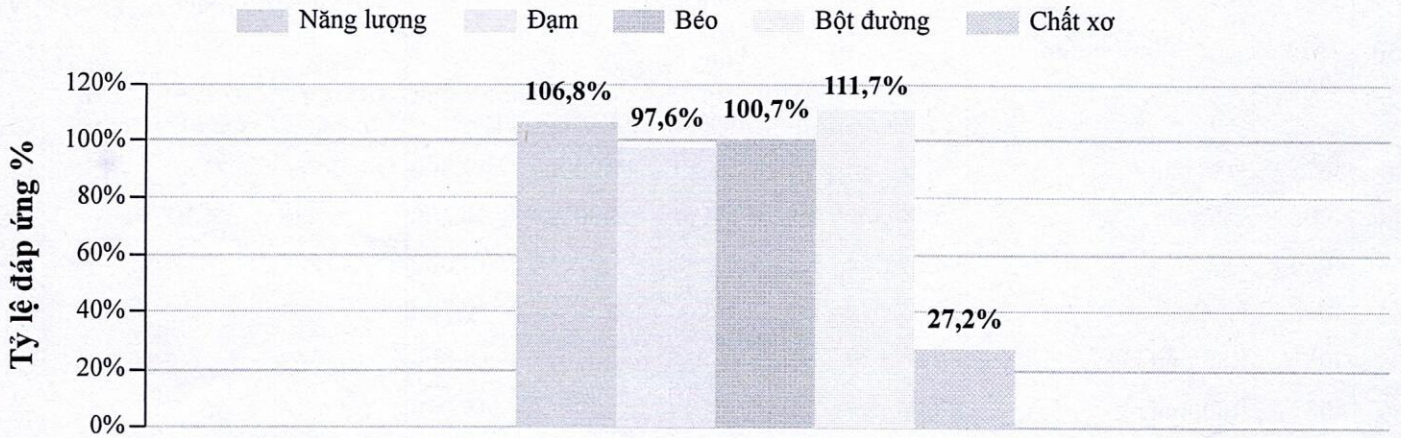
Phạm Thị Huyền

Đuyệt

Đỗ Thị Tuyết

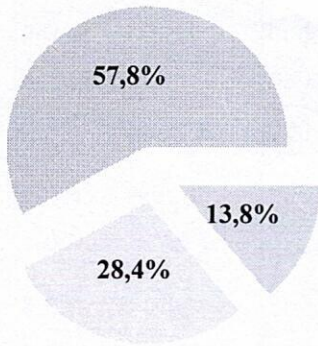
MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

Các chỉ số dinh dưỡng



TỶ LỆ P:L:G

Đạm Béo Bột đường



GỐC THỰC PHẨM

Gốc thực vật Gốc động vật

