

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: 186

Ngày: 7 tháng 5 năm 2026

Bữa chính buổi trưa	Com bắc thơm; Cá trắm sốt cà chua hành, mùi; Canh rau ngót nấu cáy; Tráng miệng: Cam.
Bữa phụ	Sữa bột pha nước ấm.
Bữa chính buổi chiều	Com Bắc thơm; Thịt lợn sườn vai rim hành tây, hành mùi; Canh rau muống nấu cua ghẹ.

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	9,14 gam	kg	1,7	18.000	30.600	310	9,7	-	67,8
2	4038	Hành lá	1,08 gam	kg	0,2	32.000	6.400	36	2,1	-	6,9
3	4039	Hành tây	4,84 gam	kg	0,9	13.000	11.700	302	13,4	-	62
4	4082	Rau mùi tàu	1,08 gam	kg	0,2	45.000	9.000	34	3,4	-	5,1
5	4083	Rau muống	19,89 gam	kg	3,7	17.000	62.900	717	100,6	-	78,6
6	4086	Rau ngót	8,06 gam	kg	1,5	85.000	127.500	402	61,2	-	39,3
7	5002	Cam	69,89 gam	kg	13	21.000	273.000	3.627	87,8	-	819
8	7611	Thịt lợn sườn vai	31,18 gam	kg	5,8	133.000	771.400	13.398	997,6	1.044	-
9	13003	Gừng tươi	0,54 gam	kg	0,1	35.000	3.500	22	0,4	-	5,2
10	13039	Bột canh	1,61 gam	kg	0,3	19.000	5.700	-	-	-	-
11	500016	Gạo bắc thơm	83,87 gam	kg	15,6	20.000	312.000	53.664	1.232,4	156	11.840,4
12	500018	Dầu đậu nành Simply	6,18 gam	lít	1,15	62.000	71.300	10.350	-	1.150	-
13	500019	Mỡ lợn sống	8,06 gam	kg	1,5	70.000	105.000	9.450	-	1.050	-
14	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	9,41 gam	kg	1,75	260.000	455.000	8.523	341,3	406	805
15	500042	Sữa bột Nuvi Grow School 1+	3,76 gam	kg	0,7	260.000	182.000	3.535	161	185,5	304,5
16	500050	Cá trắm cỏ nguyên con	54,3 gam	kg	10,1	80.000	808.000	6.000	1.116,1	170,7	-
17	500051	Cáy làm sạch	4,84 gam	kg	0,9	110.000	99.000	839	169,4	15,8	-
18	500055	Con ghẹ biển làm sạch	5,38 gam	kg	1	57.000	57.000	172	38,1	2,2	-
19	500060	Nước mắm Lâm Bảo	1,61 gam	lít	0,3	75.000	22.500	104	15,2	-	10,8
20	500063	Hành củ tái	1,08 gam	kg	0,2	25.000	5.000	48	2,6	-	9,6
21	500064	Hạt nêm MEIZAN	2,15 gam	kg	0,4	52.000	20.800	800	44	4	72
TỔNG CỘNG							3.439.300	112.333	4.396	4.184	14.126
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				604 kcal	23,6	22,5	75,9		



Cơ cấu chất béo		Tỷ lệ đáp ứng thực tế		99,9%	104,3%	95,7%	100,5%
Động vật	Thực vật	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)		95 kcal	202 kcal	304 kcal	
69%	31%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G		15,7%	33,7%	50,6%	
Chi phí thực phẩm		3.439.300 VND	Chi phí bình quân 1 suất ăn	18.491 VND		Chênh lệch	
Chi phí, dịch vụ khác		-	Chi phí định mức 1 suất ăn	18.500 VND		9 VND	

KIỂM TRA VÀ DUYỆT

NGƯỜI LẬP

Năng lượng theo tỷ lệ P:L:G

Tuyệt

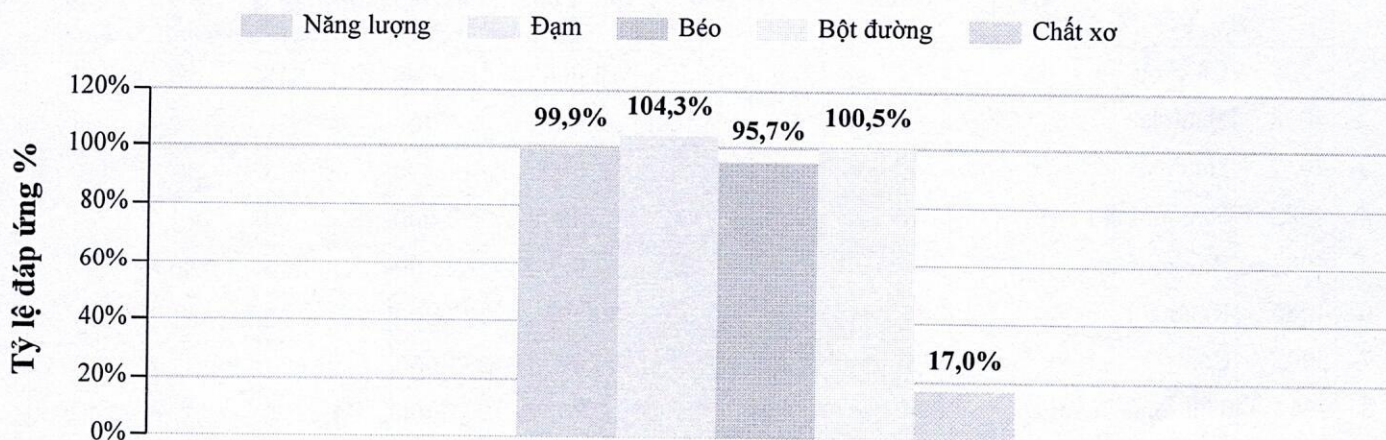


Phạm Thị Huyền

Đỗ Thị Tuyết

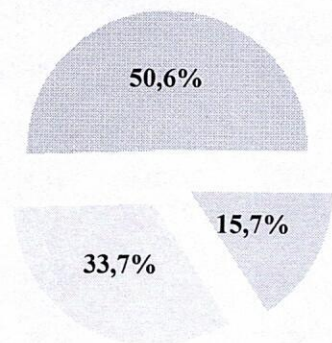
MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

Các chỉ số dinh dưỡng



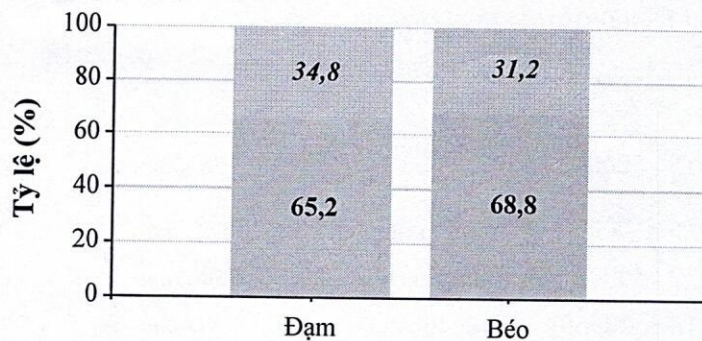
TỶ LỆ P:L:G

Đạm Béo Bột đường



GÓC 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: 469

Ngày: 7 tháng 5 năm 2026

Bữa chính buổi trưa	Com bắc thơm; Cá trắm sốt cà chua hành, mùi; Canh rau ngót nấu cáy ; Tráng miệng: Cam.
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	4005	Cà chua	7,46 gam	kg	3,5	18.000	63.000	638	20	-	139,7
2	4038	Hành lá	0,85 gam	kg	0,4	32.000	12.800	72	4,2	-	13,8
3	4082	Rau mùi tàu	0,85 gam	kg	0,4	45.000	18.000	68	6,7	-	10,2
4	4086	Rau ngót	7,89 gam	kg	3,7	85.000	314.500	991	151	-	96,9
5	5002	Cam	69,51 gam	kg	32,6	21.000	684.600	9.095	220,1	-	2.053,8
6	7611	Thịt lợn sấn vai	14,5 gam	kg	6,8	133.000	904.400	15.708	1.169,6	1.224	-
7	13003	Gừng tươi	0,64 gam	kg	0,3	35.000	10.500	67	1,1	-	15,7
8	13039	Bột canh	1,71 gam	kg	0,8	19.000	15.200	-	-	-	-
9	500016	Gạo bắc thơm	90,41 gam	kg	42,4	20.000	848.000	145.856	3.349,6	424	32.181,6
10	500018	Dầu đậu nành Simply	4,9 gam	lít	2,3	62.000	142.600	20.700	-	2.300	-
11	500019	Mỡ lợn sống	9,38 gam	kg	4,4	70.000	308.000	27.720	-	3.080	-
12	500040	Sữa bột Nuvi Grow School 2+	13,01 gam	kg	6,1	260.000	1.586.000	29.707	1.189,5	1.415,2	2.806
13	500048	Bún khô HH	19,83 gam	kg	9,3	30.000	279.000	30.940	530,1	53	7.085,7
14	500050	Cá trắm cỏ nguyên con	65,03 gam	kg	30,5	80.000	2.440.000	18.120	3.370,3	515,5	-
15	500051	Cáy làm sạch	17,06 gam	kg	8	110.000	880.000	7.454	1.505,6	140,8	-
16	500052	Rau cải ngồng	4,26 gam	kg	2	22.000	44.000	616	24	16	94
17	500060	Nước mắm Lâm Bảo	1,71 gam	lít	0,8	75.000	60.000	278	40,5	0,1	28,8
18	500063	Hành củ tái	0,85 gam	kg	0,4	25.000	10.000	96	5,2	-	19,2
19	500064	Hạt nêm MEIZAN	2,35 gam	kg	1,1	52.000	57.200	2.200	121	11	198
TỔNG CỘNG							8.677.800	310.327	11.708	9.180	44.743
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	
63%	37%	Mức cung cấp bình quân thực tế ở trường/1 suất					662 kcal	25	19,6	95,4	
Cơ cấu chất béo		Tỷ lệ đáp ứng thực tế						107,6%	108,2%	95,5%	112,8%
<i>Động vật</i>	<i>Thực vật</i>	NĂNG LƯỢNG TỪ CHẤT DINH DƯỠNG CƠ BẢN (kcal)						100 kcal	176 kcal	382 kcal	

70%	30%	NĂNG LƯỢNG THEO TỶ LỆ P:L:G		15,2%	26,8%	58,0%
Chi phí thực phẩm	8.677.800 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

Tuyệt

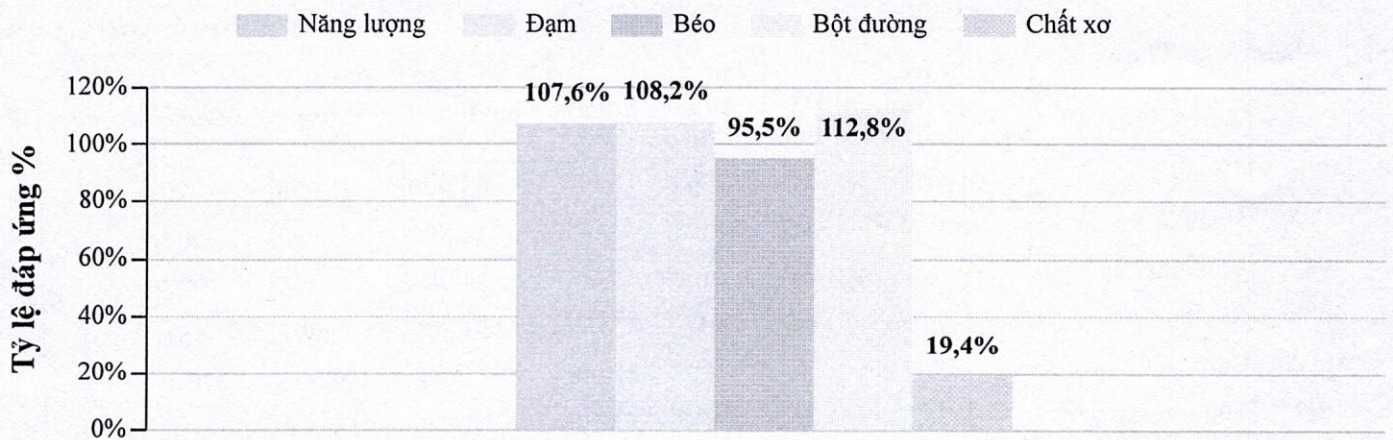


Phạm Thị Huyền

Đỗ Thị Tuyết

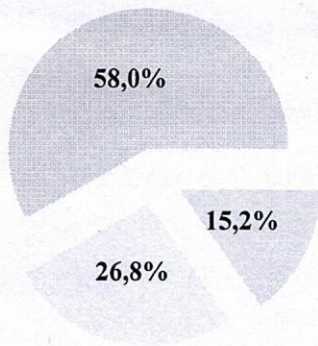
MỨC ĐÁP ỨNG DINH DƯỠNG Ở TRƯỜNG

Các chỉ số dinh dưỡng



TỶ LỆ P:L:G

Đạm Béo Bột đường



GỐC THỰC PHẨM

Gốc thực vật Gốc động vật

