

Số TT	Tên thực phẩm	Lượng TP sạch	Năng lượng (Kcal)	Protein (g)		Lipid (g)		Glucid (g)	Ca	B1	Thực phẩm cần mua 1x (g)	Thực phẩm cần mua số xuất/ngày (g)	Đơn giá	Số tiền (đ)
				P(ĐV)	P(TV)	L(ĐV)	L(TV)							
Bữa phụ														
1	Nước mắm cá	235.0	82.25	11.99		0.0235		8.46	101.050	0.024	1.0	235.0	20.000	4.700
2	Bột canh TH	240.000	69.60		7.49			4.54			1.0	240.0	20.000	4800.0
3	Dầu cá hồi	720.00	6472.80			720.00					3.0	720.0	68.000	48.960
4	Hành lá xanh	56.00	12.32		0.73			2.41	44.800	0.017	0.3	70.0	25.000	1750.0
5	Hành khô	53.2	13.83		0.69		0.21	2.34	17.024	0.016	0.3	70.0	35.000	2450.0
6	Gạo tẻ máy	6175.00	21242.00		487.83		61.75	4.686.83	1852.500	6.175	25.0	6175	18.000	111.150
7	Cà rốt	1170.00	456.30		17.55		2.34	91.26	503.100	0.702	5.0	1300.0	17.000	22.100
8	Tôm đồng	4905.00	4414.50	1.491.12		88.29			54936.000	0.981	22.0	5450.0	265.000	1.444.250
9	Cải ngọt	1001.00	350.35		53.05			34.03	1691.690	0.701	5.0	1300.0	18.000	23.400
10	Sữa Nuvu	4190.00	20405.30	817.05		972.08		1.927.40	28.492.00	23.05	17.0	4190.0	260.000	1089400
Cộng bữa phụ			53519.25											2.752.960
Năng lượng bữa phụ/trẻ			216.68											
% năng lượng bữa phụ		Khuyến nghị	15-25%										Số tiền đã chi	5.433.190
		Thực đạt	17.62											810
Cộng chung 3 bữa của 1 trẻ				5.096.77	2.825.66	3.939.11	1.528.82	23.575.33	428.1	0.47			Số tiền được chi	5434000.0
				7922.42		5467.93							22.000đ x 247	
Khẩu phần cá ngày của 1 trẻ đạt		702		2974.91%	1649.30%	5047.03%	1958.82%	13425%	102%	91%			Còn lại	0.00
				64.3%	35.7%	72.0%	28.0%							
				18.21%		27.59%		54.20%			100.0%			
Nhu cầu khuyến nghị 1 trẻ		615	726	13%-20%		25%-35%		52%-60%	420	0.52				

Nhận xét: So với khẩu phần khuyến nghị

Số g các chất dinh dưỡng và tỷ lệ các chất dinh dưỡng (P:L:G) đạt trong khoảng quy định (18,21 : 27,59 : 54,20).

**BẢNG TÍNH KHẤU PHẦN ĂN CỦA TRẺ MẪU GIÁO
TUẦN 1 VÀ TUẦN 3**

Thứ tư, ngày 04 tháng 3 năm 2026

* Bữa chính buổi trưa: Com tẻ, Ruốc cá quả, canh bí đao, cà rốt nấu thịt gà ta, Dưa hấu

* Bữa phụ: Sữa Nuvu Grow; Cháo sườn lợn - su su, rau thơm

Số TT	Tên thực phẩm	Lượng TP sạch	Năng lượng (Kcal)	Protein (g)		Lipid (g)		Glucid (g)	Ca	B1	Thực phẩm cần mua 1x (g)	Thực phẩm cần mua số xuất/ngày (g)	Đơn giá	Số tiền (đ)
				P(ĐV)	P(TV)	L(ĐV)	L(TV)							
Bữa chính buổi trưa														
1	Nước mắm cá	490.00	171.50	24.99		0.049		17.64	210.700	0.049	2.0	490.0	20.000	9.800
2	Bột canh TH	250.000	72.50		7.80			4.73			1.0	250.0	20.000	5000.0
3	Dầu cá hồi Rancee	1230.00	11057.70			1.230.00					5.0	1230.0	68.000	83.640
4	Gạo tẻ máy	20910.00	71930.40		1.651.89		209.10	15.870.69	6273.000	20.910	85.0	20910.0	18.000	376.380
5	Cá quả	8880.00	8613.60	1.616.16		239.76			7992.000	3.552	60.0	14800.0	95.000	1.406.000
6	Bí đao	4575.00	549.00		27.45			109.80	1.189.50	0.46	25.0	6100.0	25.000	152.500
7	Cà rốt	1170.00	456.30		17.55		2.34	91.26	503.100	0.702	5.0	1300.0	17.000	22.100
8	Thịt gà ta	3515.00	6994.85	713.55		460.47			421.80	5.27	15.0	3700.0	125.000	462.500
9	Hành lá xanh	128.00	28.16		1.66			5.50	102.400	0.038	0.7	160.0	25.000	4000.0
10	Hành khô	121.60	31.62		1.58		0.49	5.35	38.912	0.036	0.7	160.0	35.000	5600.0
11	Dưa hấu	12792.00	2046.72	153.50			25.58	294.22	1023.360	5.117	100.0	24600.0	25.000	615.000
Cộng bữa chính buổi trưa			101952.35											3.142.520
Năng lượng bữa chính buổi trưa/trẻ			414.44											
% năng lượng bữa chính buổi trưa			30-35%											
K. Nghi														
Thực đạt			33.69											
Bữa phụ														



Số TT	Tên thực phẩm	Lượng TP sạch	Năng lượng (Kcal)	Protein (g)		Lipid (g)		Glucid (g)	Ca	B1	Thực phẩm cần mua 1x (g)	Thực phẩm cần mua số xuất/ngày (g)		Đơn giá	Số tiền (đ)
				P(ĐV)	P(TV)	L(ĐV)	L(TV)					246			
1	Nước mắm cá	240.00	84.00	12.24		0.024		8.64	103.200	0.024	1.0	240.0	20.000	4.800	
2	Bột canh TH	240.000	69.60		7.49			4.54			1.0	240.0	20.000	4800.0	
3	Dầu Neptune	980.00	8820.00				980.00				4.0	980.0	63.000	61.740	
4	Gạo tẻ máy	6150.00	21156.00		485.85		61.50	4.667.85	1845.000	61.439	25.0	6150.0	18.000	110.700	
5	Hành lá xanh	64.00	14.08		0.83			2.75	51.200	0.019	0.3	80.0	25.000	2000.0	
6	Hành khô	60.80	15.81		0.79		0.24	2.68	19.456	0.018	0.3	80.0	35.000	2800.0	
7	Rau thơm	375.00	67.50		7.50			90.00	637.500	0.525	2.0	500.0	30.000	15000.0	
8	Su su	3040.00	577.60		24.32		3.04	109.44	516.800	0.304	15.0	3800.0	18.000	68400.0	
9	Sườn lợn	2661.70	4977.38		476.44			186.319	186.319		24.3	6190.0	137.000	848.030	
10	Sữa Nuvui Grow	4420.00	21525.40		861.90			2.033.20	30.056.00	24.31	18.0	4420.0	260.000	1149200	
Cộng bữa phụ			57307.37											2.267.470	
Năng lượng bữa phụ/trẻ			232.96												
% năng lượng bữa phụ		K. Nghi	15-25%											Số tiền đã chi	5.409.990
		Thực đạt	18.94											2.010	
Cộng chung 3 bữa của 1 trẻ			647		3.705.28	2.388.22	3.296.44	1.282.29	208.01	0.50				Số tiền được chi	5412000.0
Khẩu phần cả ngày của 1 trẻ đạt			647		6093.50		4578.73							22.000đ x 246	
			647		2346.57%	1512.47%	4582.65%	14407%						Còn lại	
			647		60.8%	39.2%	72.0%	14407.4%	50%	96%					
			647		15.44%		25.47%	59.09%				100.0%			
Nhu cầu khuyến nghị 1 trẻ		615	726		13%-20%		25%-35%	52%-60%	420	0.52					

Nhận xét: So với khẩu phần khuyến nghị

Số g các chất dinh dưỡng và tỷ lệ các chất dinh dưỡng (P:L:G) đạt trong khoảng quy định (15,44 : 25,47 : 59,09).

Kcal đạt 647 so với khẩu phần khuyến nghị đảm bảo đạt

Tỷ lệ P động vật (60,8%) đạt so với khẩu phần khuyến nghị đạt

Số TT	Tên thực phẩm	Lượng TP sạch	Năng lượng (Kcal)	Protein (g)		Lipid (g)		Glucid (g)	Ca	B1	Thực phẩm cần mua 1 xuất (g)	Thực phẩm cần mua số xuất/ngày (g)	Đơn giá	Số tiền (đ)
				P(ĐV)	P(TV)	L(ĐV)	L(TV)							
Bữa phụ														
1	Mì gạo khô	6200.00	18290.00		372.00		49.60	1.785.60	2480.000		25.0	6200.0	32.000	198.400
2	Nước mắm cá	240.00	84.00	12.24		0.024		8.64	103.200	0.024	1.0	240.0	20.000	4.800
3	Bột canh TH	240.000	69.60		7.49			4.54			1.0	240.0	20.000	4800.0
4	Dầu cá hồi Rancee	1000.00	8990.00			1.000.00					4.0	1000.0	68.000	68.000
5	Hành lá xanh	64.00			0.83			2.75	51.200	0.019	0.3	80.0	25.000	2000.0
6	Hành khô	60.80	15.81		0.79		0.24	2.68	19.456	0.018	0.3	80.0	35.000	2800.0
7	Thịt bò loại 1	4263.00	5030.34	895.23		161.99			511.560	4.263	15.5	4350.0	260.000	1.131.000
8	Cà chua	2280.00	456.00		13.68		4.56	91.20	273.600	0.912	10.0	2400.0	22.000	52.800
9	Sữa Nuvu Grow	4260.00	20746.20	830.70		988.32		1.959.60	28.968.00	23.43	17.0	4260.0	260.000	1107600
Cộng bữa phụ			53681.95											2572200.0
Năng lượng bữa phụ/trẻ			213.87											
% năng lượng bữa phụ		K. Nghị	15-25%											
		Thực đạt	17.39											
Cộng chung 3 bữa của 1 trẻ			629	3.640.22	2.224.04	3.344.54	1.286.35	20.474.29	393	0.27				5520560.0
				9.75%	5.88%	19.28%	7.30%	51.83%						
				62.4%	37.6%	72.5%	27.5%	51.8%	93%	52%				
				16.06%				56.09%						
				13%-20%				52%-60%	420	0.52				
Nhu cầu khuyến nghị 1 trẻ		615	726											

Nhận xét: So với khẩu phần khuyến nghị

Số g các chất dinh dưỡng và tỷ lệ các chất dinh dưỡng (P:L:G) đạt trong khoảng quy định (16,06 : 27,85 : 56,09).

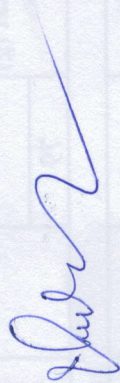
Kcal đạt 629 so với khẩu phần khuyến nghị đảm bảo đạt

Tỷ lệ P động vật (62,4%) đạt so với khẩu phần khuyến nghị đạt

Tỷ lệ L động vật (72,5%) so với khẩu phần khuyến nghị đạt

Cách khắc phục: Duy trì số g lượng thực phẩm trong khẩu phần ăn của trẻ.

NGƯỜI THỰC HIỆN



Đặng Thị Thu Hương

HIỆU TRƯỞNG



Đào Thị Xuyên



STT	Tên chất dinh dưỡng	Đơn vị	Giá trị thực tế	Giá trị khuyến nghị	Đơn vị	Giá trị thực tế	Giá trị khuyến nghị
1	Protein	g	12,5	10,0	g	12,5	10,0
2	Chất béo	g	25,0	20,0	g	25,0	20,0
3	Carbohydrat	g	50,0	40,0	g	50,0	40,0
4	Chất xơ	g	2,0	1,0	g	2,0	1,0
5	Canxi	mg	100,0	80,0	mg	100,0	80,0
6	Sắt	mg	5,0	4,0	mg	5,0	4,0
7	Kali	mg	100,0	80,0	mg	100,0	80,0
8	Magiê	mg	50,0	40,0	mg	50,0	40,0
9	Phốt pho	mg	100,0	80,0	mg	100,0	80,0
10	Năng lượng	kcal	629	600	kcal	629	600
11	Protein động vật	g	39,0	30,0	g	39,0	30,0
12	Protein thực vật	g	8,5	7,0	g	8,5	7,0
13	Chất béo động vật	g	15,0	10,0	g	15,0	10,0
14	Chất béo thực vật	g	10,0	10,0	g	10,0	10,0
15	Carbohydrat động vật	g	10,0	10,0	g	10,0	10,0
16	Carbohydrat thực vật	g	40,0	30,0	g	40,0	30,0
17	Chất xơ động vật	g	1,5	1,0	g	1,5	1,0
18	Chất xơ thực vật	g	0,5	0,0	g	0,5	0,0
19	Canxi động vật	mg	60,0	50,0	mg	60,0	50,0
20	Canxi thực vật	mg	40,0	30,0	mg	40,0	30,0
21	Sắt động vật	mg	3,0	2,0	mg	3,0	2,0
22	Sắt thực vật	mg	2,0	2,0	mg	2,0	2,0
23	Kali động vật	mg	60,0	50,0	mg	60,0	50,0
24	Kali thực vật	mg	40,0	30,0	mg	40,0	30,0
25	Magiê động vật	mg	25,0	20,0	mg	25,0	20,0
26	Magiê thực vật	mg	25,0	20,0	mg	25,0	20,0
27	Phốt pho động vật	mg	60,0	50,0	mg	60,0	50,0
28	Phốt pho thực vật	mg	40,0	30,0	mg	40,0	30,0

**BẢNG TÍNH KHẨU PHẦN ĂN CỦA TRẺ MẪU GIÁO
TUẦN 1 VÀ TUẦN 3**

Thứ sáu, ngày 06 tháng 3 năm 2026

* **Bữa chính buổi trưa:** Com tẻ, Thịt bò loại 1 rim đậu cove; Thịt lợn nạc nấu canh chua (cà chua, dưa), bắp cải, nấm hương khô xào tỏi

* **Bữa phụ:** Sữa Nuvu Grow; Cháo gạo tẻ, gạo nếp thịt vịt, hạt sen khô, bí ngô

Số TT	Tên thực phẩm	Lượng TP sạch	Năng lượng (Kcal)	Protein (g)		Lipid (g)		Glucid (g)	Ca	BI	Thực phẩm cần mua 1x (g)	Thực phẩm cần mua số xuất/ngày (g)	Đơn giá	Số tiền (đ)	
				P(ĐV)	P(TV)	L(ĐV)	L(TV)								
Bữa chính buổi trưa															
1	Nước mắm cá	500.00	175.00	25.50		0.05		18	215.000	0.050	2.0	500.0	20.000	10.000	
2	Bột canh TH	250.000	72.50		7.80			4.73			1.0	250.0	20.000	5000.0	
3	Dầu cá hồi Ranee	1090.00	9799.10			1.090.00					4.5	1090.0	68.000	74.120	
4	Gạo tẻ máy	20995.00	72222.80		1.658.61		209.95	15.935.21	6298.500	20.995	85	20995.0	18.000	377.910	
5	Thịt lợn nạc	3136.00	4359.04	595.84		219.52			219.520	28.224	13.0	3200.0	137.000	438.400	
6	Đậu cove	1530.00	1116.90	76.50			198.90		198.90	5.20	7.0	1700.0	35.000	59.500	
7	Dưa	750.00	217.50	81.00				48.75	112.50	0.60	5.0	1250.0	20.000	25.000	
8	Thịt bò loại 1	6575.80	7759.44	1.380.92		249.88			789.096	6.576	27.0	6710.0	260.000	1.744.600	
9	Cà chua	3515.00	703.00		21.09		7.03	140.60	421.80	2.11	15	3700.0	22.000	81.400	
10	Bắp cải	7.740	2244.60		139.32		7.74	410.22	3715.200	4.644	35.0	8600.0	13.000	111.800	
11	Hành lá xanh	128.00	28.16		1.66			5.50	102.400	0.038	0.7	160.0	25.000	4000.0	
12	Hành khô	121.6	31.62		1.58		0.49	5.35	38.912	0.036	0.7	160.0	35.000	5600.0	
13	Nấm hương khô	171.00	468.54		61.56		6.84	40.19	314.640	0.250	0.8	190.0	275.000	52.250	
Cộng bữa chính buổi trưa															
Năng lượng bữa chính buổi trưa/trẻ															2.989.580
% năng lượng bữa chính buổi trưa															
K.nghị															
Thực đạt															

Số TT	Tên thực phẩm	Lượng TP sạch	Năng lượng (Kcal)	Protein (g)		Lipid (g)		Glucid (g)	Ca	B1	Thực phẩm cần mua 1x (g)	Thực phẩm cần mua số xuất/ngày (g)	Đơn giá	Số tiền (đ)
				P(ĐV)	P(TV)	L(ĐV)	L(TV)							
Bữa phụ														
1	Gạo tẻ máy	4446.00	15294.24		351.23	44.46	3.374.51	1333.800	20.995		18.0	4446.0	18.000	80028
2	Gạo nếp	1729.0	5947.76		148.69	25.94	1.288.11	553.280	2.421		7	1729.0	30.000	51.870
3	Nước mắm cá	230.00	80.50	11.73		0.02	8.28	98.900	0.023		1.0	230.0	20.000	4600
4	Bột canh TH	240.000	69.60		7.49		4.54				1.0	240.0	20.000	4800.0
5	Hành lá xanh	64.00	14.08		0.83		2.75	51.200	0.019		0.3	80.0	25.000	2000.0
6	Hành khô	60.80	15.81		0.79	0.24	2.68	19.456	0.018		0.3	80.0	35.000	2800.0
7	Dầu Neptunee	980.00	8820.00			980.00					4.0	980.0	63.000	61.740
8	Hạt sen khô	950.00	3173.00		190.00	22.80	551.00	845.500	6.080		4.0	950.0	190.000	180500
9	Thịt vịt	7965.00	21983.40	1.417.77		1.736.37	199.13	1035.450	5.576		36.0	8850.0	100.000	885.000
10	Bí ngô chín	3034.00	819.18		9.10	3.03	185.07	728.160	1.820		15.0	3700.0	22.000	81.400
11	Sữa Nuvi Grow	4190.00	20405.30	817.05		972.08	1.927.40	28.492.00	23.05		17.0	4190.0	260.000	1.089.400
Cộng bữa phụ				76622.87										2444138.0
Năng lượng bữa phụ/trẻ				310.21										
% năng lượng bữa phụ				15-25%										
Thực đạt				25.22										
Cộng chung 3 bữa của 1 trẻ					4.406.31	2.599.76	4.267.92	1.507.42	184.55	0.52		Số tiền được chi		5.433.718
					7006.07	5775.34	24.152.00					Số tiền đã chi		282
					10.55%	5.73%	23.00%	7.66%				22.000đ x 247		5434000
Khẩu phần cả ngày của 1 trẻ đạt					64.8%	35.2%	75.0%	25.0%	44%	100%		Còn lại		0
					15.98%		28.92%							
Nhu cầu khuyến nghị 1 trẻ			615	726	13%-20%	25%-35%	55.10%	52%-60%	420	0.52	100.0%			

Nhận xét: So với khẩu phần khuyến nghị

**BẢNG TÍNH KHẤU PHẦN ĂN CỦA TRẺ MẪU GIÁO
TUẦN 1 VÀ TUẦN 3**

Thứ bảy, ngày 07 tháng 3 năm 2026

* **Bữa ăn chính buổi trưa:** Cơm tẻ, Thịt gà ta om cà rốt, nấm hương khô, Canh cải cúc nấu chua đồng

* **Bữa phụ:** Sữa Nuvii Grow, Xôi đỗ xanh, Ruốc thịt lợn nạc

Số TT	Tên thực phẩm	Lượng TP sạch	Năng lượng (Kcal)	Protein (g)		Lipid (g)		Glucid (g)	Ca	B1	Thực phẩm cần mua 1x (g)	Thực phẩm cần mua số xuất/ngày (g)	Đơn giá	Số tiền (đ)
				P(ĐV)	P(TV)	L(ĐV)	L(TV)							
Bữa chính buổi trưa														
1	Gạo tẻ máy	12580.00	43275.20		993.82		125.80	9.548.22	3774.000	12.580	85	12580.0	18.000	226.440
2	Nước mắm cá	300.00	105.00	15.30		0.03		10.8	129.000	0.030	2.0	300.0	20.000	6.000
3	Bột canh TH	160.000	46.40		4.99			3.02			1.0	160.0	20.000	3200.0
4	Dầu Neptunee	740.00	6660.00				740.00				5.0	740.0	63.000	46.620
5	Hành lá xanh	80.00	17.60		1.04			3.44	64.000	0.024	0.7	100.0	25.000	2500.0
6	Hành khô	76.00	19.76		0.99		0.30	3.34	24.320	0.023	0.7	100.0	35.000	3500.0
7	Nấm hương khô	90.00	246.60		32.40		3.60	21.15	165.600	0.131	0.8	100.0	275.000	27.500
8	Thịt gà ta	7790.00	15502.10	1.581.37		1.020.49			934.80	11.69	55	8200	125.000	1.025.000
9	Cà rốt	495.00	193.05		7.43		0.99	38.61	212.850	0.297	10.0	550.0	17.000	9.350
10	Cua đồng	682.00	593.34	83.89		22.51		11.87	818.400	0.068	15.0	2200	160.000	352.000
11	Cải cúc	22.75	3.19		0.36			0.43	14.33	0.00	35.0	5150	24.000	123.600
Cộng bữa chính buổi trưa														
Năng lượng														
bữa chính buổi trưa/trẻ														
450.42														
% năng lượng														
30-35%														
bữa chính buổi trưa														
Thực đạt 36.62														
1.825.710														

Số TT	Tên thực phẩm	Lượng TP sạch	Năng lượng (Kcal)	Protein (g)		Lipid (g)		Glucid (g)	Ca	B1	Thực phẩm cần mua 1x (g)	Đơn giá	Số tiền (đ)	
				P(DV)	P(TV)	L(DV)	L(TV)							
Bữa phụ														
1	Gạo nếp	8880.0	30547.20		763.68		133.20	6.615.60	2841.600	12.432	60	8880.0	30.000	266.400
2	Đậu xanh (hạt)	333.20	1092.90		77.97		8.00	176.93	213.248	2.399	2.0	340.0	50.000	17.000
3	Nước mắm cá	140.00	49.00	7.14		0.014		5.04	60.200	0.014	1.0	140.0	20.000	2.800
4	Bột canh TH	140.000	40.60		4.37			2.65			1.0	140.0	20.000	2800.0
5	Dầu cá hồi Rancee	880.00	7911.20			880.00					6.0	880.0	68.000	59.840
6	Hành lá xanh	32.00	7.04		0.42			1.38	25.600	0.010	0.3	40.0	25.000	1000.0
7	Hành khô	30.40	6.69		0.40		0.12	1.34	9.728	0.009	0.3	40.0	35.000	1400.0
8	Thịt lợn nạc	3038.00	4222.82	577.22		212.66			212.660	27.342	21.0	3100.0	137.000	424.700
9	Sữa Nuvigrow	2510.00	12223.70	489.45		582.32		1.154.60	17.068.00	13.81	17.0	2510.0	260.000	652.600
Cộng bữa phụ			56101.14											1.428.540
Năng lượng bữa phụ/trẻ			379.06											
% năng lượng bữa phụ		K. nghị	15-25%											3.254.250
		Thực đạt	30.82											1.750
Cộng chung 3 bữa của 1 trẻ				2.754.37	1.887.86	2.718.02	1.012.01	17.598.42	179.52	0.55			Số tiền được chi	3256000
			829	4642.22	3730.03								Số tiền đã chi	1.750
				1361.44%	933.14%	2949.09%	1098.05%	8486.46%					Số tiền được chi	3256000
				59.3%	40.7%	72.9%	27.1%	8486.5%	43%	105%			22.000đ x 148	0
				15.26%	26.91%	57.84%	100.0%						Còn lại	0
Nhu cầu khuyến nghị 1 trẻ		615	726	13%-20%	25%-35%	420	0.52	52%-60%						

