

LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)

48

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)

Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)

Assalamualaikum Wr. Wb

Pengenalkan

Nama saya : *Niffa Rizki Fari*

Pekerjaan : *Magang*

Saya akan melakukan pengumpulan data tentang "Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Demam Tifoid di Puskesmas Rawat Inap Talang Jawa tahun 2025". Tujuan penelitian ini untuk melakukan Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Demam Tifoid di Puskesmas Rawat Inap Talang Jawa tahun 2025 yang meliputi pengkajian/assessment gizi, diagnosis gizi, intervensi gizi, monitoring dan evaluasi gizi. Penatalaksanaan dilakukan selama ≥ 5 hari dengan responden diminta wawancara untuk pengisian NCP, mengisi kuisioner pengetahuan, melakukan recall asupan makan, mengisi formulir FFQ, serta melakukan pengukuran BB dan TB.

Untuk itu dibutuhkan kerjasama yang baik antara penelitian ibu/bapak. Identitas ibu/bapak dan semua informasi yang diberikan akan dirahasiakan dan hanya dipergunakan untuk keperluan penelitian ini.

Keruntungan yang ibu/bapak peroleh jika berkenan menjadi responden yaitu akan mendapatkan edukasi, konseling, dan souvenir dari peneliti sebagai tanda terimakasih.

Apabila ibu/bapak bersedia dan menyetujui untuk menjadi responden dalam penelitian ini, agar kiranya dapat menandatangani formulir sebagai tanda persetujuan. Terimakasih atas kerjasamanya yang baik dari berbagai pihak.

Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang

Lampiran 2 Lembar Informed Consent

43

Lampiran 2 Lembar Informed Consent

INFORMED CONSENT
(PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN PADA
PENELITIAN PENATALAKSANAAN ASUHAN GIZI TERSTANDAR PADA
PASIENT DEMAM TIFOID DI PUSKESMAS RAWAT INAP TALANG JAWA)

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : [REDACTED]

Usia : 40 th

Jenis kelamin : Perempuan

Nomor HP : 08 - [REDACTED]

Telah mendapat keterangan secara terperinci dan jelas mengenai :

1. Penelitian yang berjudul : *"Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Demam Tifoid Di Puskesmas Rawat Inap Talang Jawa Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2025"*
2. Perlakuan yang akan di terapkan pada subjek
3. Manfaat sebagai subjek penelitian
4. Kerahasiaan data
5. Bahaya potensial
6. Hak untuk undur diri
7. Insentif untuk subjek

Responden penelitian mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu, saya (bersedia / tidak bersedia*). Secara sukarela untuk menjadi subjek penelitian dengan penuh kesadaran tanpa keterpaksaan.

Peneliti

 Diffa Fitriyani

Ket.
 *Coret salah satu

Talng Jawa, 25 April 2025

Responden


 (. [REDACTED])

Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang

Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian

[illegible]

Lampiran 4 Surat Balasan Dari Dinas Kesehatan Lampung Selatan



PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG SELATAN
DINAS KESEHATAN
 Jalan Mustafa Kemal Nomor 08 Kalanda Kode Pos : 35513
 Telepon : (0727) 322059, Faks : (0727) 322059
dirkeskab.lampungselatan@gmail.com, dirkes.lampungselatankab.go.id

Kalanda, 18 Maret 2025

Nomor	: 000.14.1/113 IV.03/2025 Yth	Kepada	Ka. UPTD Puskesmas Talang Jawa
Lampiran	: -	Di	
Perihal	: <u>Izin Penelitian</u>	Tempat	

Menindaklanjuti Surat dari Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan TanjungKarang Nomor PP.01.04/F.XXXW/1334/2025 Tanggal 17 Maret 2025, perihal izin Penelitian, adapun izin tersebut diberikan kepada:

Nama	: Difa Fitriyani
NIM	: 2213411060
Pekerjaan	: Mahasiswa Diploma III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tanjung Karang
Judul	: "Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Demam Tifoid Di Puskesmas Rawat Inap Talang Jawa Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan"
Lokasi	: UPTD Puskesmas Talang Jawa
Tujuan	: Mengadakan Penelitian dalam penyelesaian tugas akhir

Selubungan perihal tersebut di atas kepada Saudara Ka. UPTD Puskesmas untuk dapat menerima dan memfasilitasi kegiatan penelitian, apabila kegiatan tersebut telah selesai agar dapat memberikan laporan hasil kepada kami.

Demikian disampaikan untuk dapat di laksanakan.

Plt. Kepala Dinas Kesehatan
 Kabupaten Lampung Selatan



DR. Endang Widyia, S.KM, M.M
 NIP-19740220 199402 1 001

Terselamatkan Disampaikan Kepada Yth:

1. Bupati Lampung Selatan (Setelah Laporan)
2. Direktur Poltekkes Tanjung Karang

Lampiran 5 Surat Balasan Dari Puskesmas Rawat Inap Talang Jawa



Talang Jawa, 19 Maret 2025

Nomor : 445/086 /IV.03/III/2025
Lampiran : 1 Lembar
Perihal : Balasan Surat Izin Penelitian

Kepada Yth,
Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian
Kesehatan Tangkarakang
Di -

Bandar Lampung

Dengan hormat,

Dasar : Surat Izin Penelitian

Nomor : PP.01.04/T.XXXV/1334/2025 tanggal 26 Februari 2025 tentang Surat Izin Penelitian Mahasiswa Tingkat III Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tangkarakang Tahun 2024/2025 di UPTD Puskesmas Rawat Inap Talang Jawa Kec. Merbau Mataram Lampung Selatan.

Maka terkait hal tersebut diatas, saya selaku Kepala UPTD Puskesmas Rawat Inap Talang Jawa, dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Dilla Fitriyani
NIM : 2213411060
Instansi Pendidikan : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tangkarakang
Judul Penelitian : Penatalaksanaan Asupan Gizi Terstandar pada Pasien Demam Tifoid di Puskesmas Rawat Inap Talang Jawa Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan

Memberikan Izin kepada mahasiswa tersebut untuk melakukan Penelitian di Puskesmas Rawat Inap Talang Jawa.

Demikian surat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala UPTD Puskesmas RI Talang Jawa,
Kabupaten Lampung Selatan,



SATRIYA UTAMA, S.Kep
NIP. 19650430 198603 1 004

Tembusan :

Yth.

1. Instansi Pendidikan
2. Yang bersangkutan

Lampiran 6 Kuisisioner Pre Dan Post Test

59

Lampiran 3 Kuisisioner Pre Dan Post Test

KUISISIONER PENGETAHUAN TENTANG PENYAKIT DEMAM TIFOID

Nama : DarvinUsia : 40 44Jenis kelamin : 9Pekerjaan : 184

Petunjuk pengisian ceklis jawaban pada kolom benar/salah.

No	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Demam tifoid (tipus) adalah penyakit pada saluran pencernaan (usus).	✓	
2.	Demam tifoid disebabkan oleh bakteri.	✓	
3.	Mencuci tangan dapat mencegah demam tifoid.	✓	
4.	Vaksin tifoid merupakan salah satu cara untuk menghindari anak dari demam tifoid.	✓	
5.	Air minum isi ulang tanpa merek, dan tidak perlu dimasak baik untuk pencernaan.	✓	✗
6.	Setelah BAB cuci tangan dengan air mengalir saja dapat mencegah penyakit demam tifoid.		✓
7.	Percucian tangan yang baik cukup dengan air mengalir saja.		✓
8.	Menggunting kuku sekali 2 minggu dapat mencegah terjadinya demam tifoid.	✓	
9.	Mengonsumsi daging dapat menambah daya tahan tubuh terhadap pasien demam tifoid.		✓
10.	Jajanan di pinggir jalan dapat menyebabkan demam tifoid.		✓
11.	Jamban yang dekat dengan sumber air merupakan penyebab demam tifoid.	✗	✓
12.	Demam tifoid hanya dapat menyerang orang dewasa saja.		✓
13.	Demam tifoid ditularkan melalui makanan dan minuman.		✓
14.	Demam tifoid dapat ditularkan melalui keringat.		✓
15.	Seseorang yang menderita demam tifoid bisa mengalami gangguan kesadaran.		✓
16.	Demam tifoid lebih sering terjadi pada anak-anak daripada orang dewasa.		✓
17.	Demam tifoid dapat sembuh dengan pemberian antibiotik.		✓
18.	Infeksi demam tifoid hanya terjadi pada saluran pencernaan saja.	✓	
19.	Kuman penyebab demam tifoid akan mati dalam air yang dipanaskan setinggi 57°C hanya dalam beberapa menit.		✓
20.	Untuk mencegah tertular demam tifoid, perlu mengawasi kebiasaan jajan anak di sekolah.	✓	

(Simanungkalong, 2019).

B : 12 : 20 x 100

J : 60

Lampiran 3 Kuisloner Doc-Dtm Post Test

KUISIONER PENGETAHUAN TENTANG PENYAKIT DEMAM TIFOID

Nama : DenyariUsia : 41 thJenis kelamin : PPekerjaan : RT

Petunjuk pengisian ceklis jawaban pada kolom benar/salah.

No	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Demam tifoid (tipus) adalah penyakit pada saluran pencernaan (usus).	✓	
2.	Demam tifoid disebabkan oleh bakteri.	✓	
3.	Mencuci tangan dapat mencegah demam tifoid.	✓	
4.	Vaksin tifoid merupakan salah satu cara untuk menghindari anak dari demam tifoid.	✓	
5.	Air minum isi ulang tanpa merek, dan tidak perlu dimasak baik untuk pencernaan.	✓	X
6.	Setelah BAB cuci tangan dengan air mengalir saja dapat mencegah penyakit demam tifoid.		✓
7.	Pencucian tangan yang baik cukup dengan air mengalir saja.		✓
8.	Menggunting kuku sekali 2 minggu dapat mencegah terjadinya demam tifoid.	✓	
9.	Mengonsumsi daging dapat menambah daya tahan tubuh terhadap pasien demam tifoid.		X
10.	Jajanan di pinggir jalan dapat menyebabkan demam tifoid.	✓	
11.	Jambas yang dekat dengan sumber air merupakan penyebab demam tifoid.	✓	
12.	Demam tifoid hanya dapat menyerang orang dewasa saja.		✓
13.	Demam tifoid ditularkan melalui makanan dan minuman.	✓	
14.	Demam tifoid dapat ditularkan melalui keringat.		✓
15.	Seseorang yang menderita demam tifoid bisa mengalami gangguan kesadaran.	✓	
16.	Demam tifoid lebih sering terjadi pada anak-anak daripada orang dewasa.	✓	
17.	Demam tifoid dapat sembuh dengan pemberian antibiotik.	✓	
18.	Infeksi demam tifoid hanya terjadi pada saluran pencernaan saja.	✓	
19.	Kuman penyebab demam tifoid akan mati dalam air yang dipanaskan setinggi 57°C hanya dalam beberapa menit.	✓	
20.	Untuk mencegah tertular demam tifoid, perlu mengawasi kebiasaan jajan anak di sekolah.	✓	

(Simanungsoag, 2019).

$$P = 18 : 2 \times 100$$

$$Nilai : 900$$

Lampiran 7 Skrining MST

Lembar Skrining MST

No.	Parameter	Skor	Hasil skor
1.	Apakah pasien mengalami penurunan berat badan yang tidak diinginkan selama 6 bulan terakhir? a. Tidak ada penurunan berat badan b. Tidak yakin/tidak tahu/terasa baju lebih longgar c. Jika iya, berapa penurunan berat badan tersebut - 1-5 kg - 6-10 kg - 11-15kg - >15 - Tidak yakin penurunannya	0 2 1 2 3 4 2	1
2.	Apakah asupan makanan berkurang karena berkurangnya nafsu makan? a. Tidak b. Ya	0 1	1
	Total skor		2
3.	Pasien dengan diagnose khusus : a. Tidak b. Ya Pasien yang beresiko terjadi gangguan gizi diantaranya mengalami gangguan pernafasan, DM, komplikasi, stroke, pneumonia berat, patah tulang pinggang dll.		Tidak
	Catatan jumlah pertanyaan diatas No.1 dan No.2 diatas : Skor 0 – 1 resiko malnutrisi rendah Skor 1 – 1 dengan diagnosis khusus resiko malnutrisi sedang Skor 2 – 3 resiko malnutrisi sedang Skor 4 – 5 resiko malnutrisi tinggi	kategori (garis bawahlah) resiko malnutrisi rendah /sedang tinggi	

Lampiran 8 From Asuhan Gizi/From/NCP

FORM ASUHAN GIZI

A. ASSESMENT GIZI

	DATA TERKAIT GIZI	STANDAR PEMBANDING/ NILAI NORMAL	MASALAH/GAP
Terminologi			
Antropometri :			
NO. 1.1.1 10.1.1.2 A-1.1.4	• BB : 6 kg • TB : 120 cm • IMT : 26.66 (Gemuk, obesitas) • BB/BG : 120 % (BB lebih)	TB : 120 cm IMT : 18.5 - 25 % B/BG / B/B1 H : 90-110 %	HC. 3.3. ketidakmampuan berat badan
Biokimia :			
BO.1.4	Hb : 11 g/dL Hematokrit : 32 % (rendah) Leukosit : 7.2 x 10 ⁹ /L (rendah) S. Typhi 0 1/60 S. Typhi H : 1/320	- Hb : 12-16 g/dL - Hematokrit : 37-47 % - Leukosit : 4-11 x 10 ⁹ /L - S. Typhi 0 : 1/160 - S. Typhi H : 1/640	Histiokelopneumonia Infeksi usus besar
Klinis / Fisik :			
	TV. 40/50 mmHg (a) Jantung (+) Paru-paru (+) Trakea tengah midline (+) Selulit perut (+) Reflek usus (+) - Nyeri perut - Suhu 38°C	- 120/80 mmHg - negatif - negatif - negatif - negatif - negatif - negatif - 36.5-37.5°C	H.3.4. penurunan tekanan darah H.C. 1.4. penurunan fungsi gastrointestinal

Dietary/ Riwayat Gizi :		
	Hoki 1800g E : 18 % P : 12 % L : 31 % KH : 15 % Serat : 10 % Fe : 24 % Na : 2 % Ca : 5-6 g/ku Vitamin C : 250 mg	- 30-110 g - 30-110 g - 30-110 g - 30-110 g - 6-14 g - 14-24 mg - 1200 mg - 2300 mg - 44.5 mg
		H ₂ O : 2-1 Kupa H ₂ O : 2-1 Kupa H ₂ O : 2-1 Kupa
Riwayat Individu :		
	Usia : 40 th Jk : perempuan Pekerjaan : 18 th Menderita stroke 18 th Keturunan menderita stroke	

Menghitung Status Gizi

Hitung : BB : Gkg
 TB : 160 cm
 BMI : $\frac{100-100}{(160-100)}$
 BMI : 50 kg

BMI : $\frac{BB}{TB^2}$
 BMI : $\frac{60}{1.6^2}$
 BMI : 23.44 (kurang, kurang 10%)

Perhitungan : BB M/ BAI

: $\frac{BB}{TB^2} \times 100$
 : 110 %

Menghitung kebutuhan energi

Rumus BMR : $66 (10) + 6.25 (70) + 5 (10) - 161$
 : $66 (10) + 6.25 (70) + 5 (10) - 161$
 : $660 + 437.5 + 50 - 161$
 : 1387.5 kkal
 BMR : $BMR \times PA \times PS$
 : $1387.5 \times 1.2 \times 1.2$
 : 1995 kkal
 Kebutuhan energi : 1995×1.2
 : 2394 kkal

Kebutuhan zat gizi

Protein : 28 kg B
 Protein : 28 kg B
 Protein : 28 kg B
 Protein : 28 kg B
 Protein : 28 kg B
 Protein : 28 kg B
 Protein : 28 kg B
 Protein : 28 kg B
 Protein : 28 kg B
 Protein : 28 kg B

Perhitungan kebutuhan 80 % dari total kebutuhan

$$\text{Fungsi} : 2073,93 : 80 \times 100$$

$$= 1659,14$$

$$\text{Protein} : 100 \text{ gr} \times 80\%$$

$$= 80 \text{ gr}$$

$$\text{Lemak} : 96,06 \times 80\%$$

$$= 76,85 \text{ gr}$$

$$\text{Kalsium} = 2073,93 - 900 - 44,54 : 4$$

$$= 314,84 \times 80\%$$

$$= 251,87$$

$$\text{Semb} = 8 \times 80\%$$

$$= 6,4 \text{ mg}$$

$$\text{Fe} = 18 \times 80\%$$

$$= 14,4 \text{ mg}$$

$$\text{Vitamin C} = 75 \times 80\%$$

$$= 60 \text{ mg}$$

$$\text{tL} = 1500 \times 80\%$$

$$= 1200 \text{ mg}$$

$$\text{Carum} = 2300 \text{ ml}$$

B. Diagnosis Gizi

Terminologi	Problem	Etiologi / Akar Masalah	Sign/Symptom
HC- 3.3.	Keluhan karat badan	Berkaitan dengan konsumsi diet tinggi lemak dan konsumsi lemak hewani. dan sayur sedikit.	IMT : 26.5 kg/m ²
Hg. 1.5.	Peningkatan tekanan darah tinggi (HT)	Berkaitan dengan umur	rasa rasa hsi 25-6 (pendek)
HT. 1.5	Peningkatan tekanan darah	Berkaitan dengan faktor keturunan, stres, kurang aktivitas fisik	70-80 mmHg (pendek)
HT. 2.1	Asupan lemak tinggi	Berkaitan dengan pola makan tinggi lemak	E : 18 % P : 23 % L : 32 % Ft : 15 % Tidak memperhatikan
HT. 1.1	Kelebihan berat badan	Berkaitan dengan pola makan yang berlebihan	hasil praktik 80 %
HC. 1.4	Perubahan fungsi gastrointestinal	Berkaitan dengan pola makan yang tidak teratur	ruas, muntah, mual, kembung, diare, konstipasi, 0 : 1/160, 1/132.

	Diagnosa Gizi	Intervensi Gizi
P	RDG dengan pangkalan berat melebihi dari 50%	Tujuan: Untuk mencegah keifan perkembangan pasien berat. Perawat yg diberikan.
E	Berkaitan dengan berat 90 kg dari 65% dari berat badan mendapat evaluasi / pemeriksaan gizi	Cara:
S	60%	Tujuan: 75% - 100%

PRESKRIPSI DIET

1. Jenis Diet : Diet TKTP dan rendah serat
2. Tujuan diet :
 1. Mengetahui berat badan,
 2. Memberikan makanan yg tidak menimbulkan keluhan
 3. Mengetahui nilai kalori dalam
 4. Mengetahui meningkatkan kesehatan dalam.
3. Syarat Diet :
 1. Makanan diberikan sesuai berat badan 80% dari total kebutuhan.
 2. Energi : 1659, 144 kkal
 3. Protein : 71 kg/88 : 80 gr/hari
 4. Lemak : 36, 86 gram
 5. Karbohidrat : 284, 42 gram
 6. Rendah serat 5 gram/hari
 7. Makanan mudah dicerna, porsi kecil dan sering
 8. Makanan yg diberikan tidak mengandung dan sumber yg tajam / berminyak.
 9. Vitamin C 2, 15 mg
 10. Mineral zat besi 14, 4 mg
 11. Mineral zka 1200 mg.

4. Bentuk : makanan lunak / halus Pagi
5. Route Diet : Oral
6. Frekuensi makanan : 3x utama & selingan.

EDUKASI GIZI / KONSELING GIZI

1. Tujuan :
 - a. meningkatkan pengetahuan pasien terkait penyakit gastritis dan ulser
 - b. menjelaskan bahan makanan yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan
2. Komen / materi :
 - a. pengertian demam tifoid
 - b. gejala demam tifoid
 - c. tujuan pemberian diet
 - d. contoh diet
 - e. Daftar makanan yg dianjurkan dan tidak dianjurkan
 - f. Cara mendapatkan skor dan Indeks makan pasien

E. Monitoring Evaluasi

No.	Parameter	Target/Tujuan	Capaian/hasil Monitoring	Evaluasi	Tindak lanjut
1	Antropometri	Berat badan 60 kg	Pengukuran 1x : 60 kg	Indikasi ada perubahan Berat badan	-
2	Bioteknis	- Hg 12-18 - eritrosit 4-10 - trombosit 150-400 rb - leukosit 4-12 - G6PD 4-12 - Haptoglobin 0-1/20 - Sideremia 1/20-1/10 - 1/20	Pemeriksaan nilai lab	adanya perubahan nilai laboratorium	-
3	Funk/Klinis	Perasaan nyeri muntah Sakit badan kurang nafsu makan tidak ada energi	negatif negatif negatif negatif negatif	keadaan pasien membaik	-
4	Dietary Riwayat Gizi	Energi 90-110 kJ Protein 9-11 g/kg Lemak 9-11 g/kg Karbohidrat 9-11 g/kg Sifat 6-8 g rfa 120 mg Vit C 92.5 Fe 14.4 Garam 3.6 mmol	Asupan meningkat	-	

Lampiran 9 FFQ

No	Nama Bahan Makanan	Frekuensi Makanan										Ket
		Hari				Minggu			Bulan	Tidak pernah		
		>6x	4-5x	2-3x	1x	5-6x	3-4x	1-2x	2-3x		1x	
		100	100	100	60	50	40	30	20		10	
1.	Nasi		✓						✓			
2.	Kentang							✓				
3.	Mie							✓				
4.	Ubi							✓				
5.	Jagung									✓		
6.	Roti							✓				
7.	Bihun								✓			
8.	Tepung terigu							✓				
9.	Singkong							✓				
10.	Biskuit								✓			
	Lain lain											
Lauk Hewani												
1.	Ayam					✓			✓			
2.	Telur						✓		✓			
3.	Ikan mas						✓		✓			
4.	Ikan lele					✓			✓			
5.	Teri					✓						
	Lain-Lain											
Lauk Nabati												
1.	Tahu					✓						
2.	Tempe				✓							
3.	Oncom									✓		
4.	Kacang hijau									✓		
5.	Kacang tanah									✓		
	Lain-Lain											
Sayuran												
1.	Kubis							✓				
2.	Kacang panjang							✓				
3.	Daun Singkong							✓				

4.	Kangkung							✓				
5.	Wortel							✓				
6.	Bayam							✓				
7.	Sawi							✓				
8.	Daun melinjo							✓			✓	
9.	Terong								✓			
10.	Timun								✓			
11.	Bayam								✓			
	Lain-Lain											
Bush												
1.	Mangga										✓	
2.	Papaya							✓				
3.	Pisang							✓				
4.	Jeruk								✓			
5.	Apel								✓			
6.	Semangka								✓			
7.	Melon								✓		✓	
8.	Buah Naga								✓		✓	
9.	Anggur										✓	
10.	Jambu kristal										✓	
Minuman												
1.	Kopi										✓	
2.	Teh				✓							
3.	Soda											✓
4.	Alcohol											✓
5.	Lain Lain											✓
Bumbu												
1.	Lada				✓							
2.	Cabai				✓							
3.	Saos cabai					✓						
4.	Cuka							✓				✓
5.	Terasi							✓				

Lampiran 10 Recall Asupan SMRS

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	URT	Energi	Protein	Lemak	Kh	Serat	Zat besi	Vit C	Na	vit A
Makan pagi 08.00	nasi goreng putih	Beras	10	2 sdm	35.7	0.84	0.17	7.71	0.02	0.18	0	2.7	0
		Telur ayam	10	1 btr	15.4	1.24	1.08	0.07	0	0.3	0	0	6.1
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543
Makan siang 14.00	Nasi	Beras	25	1/2 gls	89.25	2.1	0.425	19.275	0.05	0.45	0	6.75	0
	Telur ceplok	Telur ayam	10	1 btr	15.4	1.24	1.08	0.07	0	0.3	0	0	6.1
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543
	Tempe goreng	tempe	10	1/4 ptg	20.1	2.08	0.88	1.35	0.14	0.4	0	0.9	0
	Bening Sayur	Bayam	20	1/10 gls	3.2	0.18	0.08	0.58	0.14	0.7	8.2	3.2	0.52
Makan malam 19.00	Nasi putih	Beras	10	2 sdm	35.7	0.84	0.17	7.71	0.02	0.18	0	2.7	0
	Bening Sayur	Bayam	20	1/8 gls	3.2	0.18	0.08	0.58	0.14	0.7	8.2	3.2	0.52
Makan pagi 07.00	Nasi	Beras	10	2 sdm	35.7	0.84	0.17	7.71	0.02	0.18	0	2.7	0
	Tempe goreng	tempe	20	1/2 ptg	40.2	4.16	1.76	2.7	0.28	0.8	0	1.8	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543
TOTAL KESELURUHAN					373.41	13.7	14.895	47.755	0.81	4.19	16.4	23.95	14.8763
KEBUTUHAN GIZI INDIVIDU					2,043.62	80	45.41	247	8	18	75	1500	600
PERSENTASE					18.27198794	17.125	32.8011	19.334	10.125	23.2778	21.8667	1.59667	2.47938

Lampiran 11 Menu yang diberikan puskesmas

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	URT	Energi	Protein	Lemak	Kh	Serat	Zat besi	Vit C	na	Vit A	cairan
Makan pagi 06.00	Bubur ayam	Beras	25	3 sdt	89.25	2.1	0.425	19.275	0.05	0.45	0	6.75	0	0
		Daging ayam	40	1 ptg	119.2	5.52	10	0	0.24	0.6	0	3.27	98	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
					234.97	7.62	13.425	19.275	0.29	1.05	0	10.02	98.5454	0
Makan siang 12.00	Nasi	Beras	100	3/4 gls	357	8.4	1.7	77.1	0.2	1.8	0	27	0	0
	Telur semur	Telur ayam	50	1 btr	77	6.2	5.4	0.35	0	1.5	0	0	30.5	0
	Tahu tempe bumbu kuning	Tahu	25	1/2 ptg sds	20	2.725	1.175	0.2	0.025	0.85	0	0.5	29.5	0
		Tempe	25	1 ptg	50.25	5.2	2.2	3.375	0.35	1	0	2.25	0	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
		Wortel	25	1/4 gls	9	0.25	0.15	1.975	0.25	0.25	4.5	17.5	1.78125	0
		Oyong	25	1/4 gls	4.75	0.1	0.05	1.025	0.325	0.225	2	5.75	95	0
					544.52	22.875	13.675	84.025	1.15	5.625	6.5	53	157.327	0
TOTAL KESELURUHAN					779.49	30.495	27.1	103.3	1.44	6.675	6.5	63.02	255.872	0
KEBUTUHAN GIZI INDIVIDU					2,043.62	100	45.41	308	8	18	75	1500	600	0
PERSENTASE					38.1426	30.495	59.6785	33.539	18	37.0833	8.66667	4.20133	42.6454	0

Lampiran 12 Menu Perencanaan Intervensi Hari Ke-1

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	URT	Energi	Protein	Lemak	Kh	Serat	Zat besi	Vit C	na	Vit A	cairan
Makan pagi 06.00	Bubur ayam	Beras	25	3 sdt	89.25	2.1	0.425	19.275	0.05	0.45	0	6.75	0	0
		Daging ayam	40	1 ptg	119.2	5.52	10	0	0.24	0.6	0	3.27	98	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
					234.97	7.62	13.425	19.275	0.29	1.05	0	10.02	98.5454	0
Makan siang 12.00	Nasi	Beras	100	3/4 gls	357	8.4	1.7	77.1	0.2	1.8	0	27	0	0
	Telur semur	Telur ayam	50	1 btr	77	6.2	5.4	0.35	0	1.5	0	0	30.5	0
	Tahu tempe bumbu kuning	Tahu	25	1/2 ptg sdg	20	2.725	1.175	0.2	0.025	0.85	0	0.5	29.5	0
		Tempe	25	1 ptg	50.25	5.2	2.2	3.375	0.35	1	0	2.25	0	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
	Bening Sayur	Toge	10	1/10 gls	3.7	0.44	0.05	0.38	0.17	0.2	4.6	0.2	0	0
		Wortel	25	1/4 gls	9	0.25	0.15	1.975	0.25	0.25	4.5	17.5	1.78125	0
		Oyong	25	1/4 gls	4.75	0.1	0.05	1.025	0.325	0.225	2	5.75	95	0
	Buah	semangka	180	2 bh sdg	50.4	0.9	0.36	12.42	0.72	0.36	10.8	12.6	10.62	0
selingan sore 16.00	bakso	Bakso	90	5 bj sdg	96.3	10.143	1.107	10.548	0.36	0	0	0	0	0
					694.92	34.358	15.192	107.373	2.4	6.185	21.9	65.8	167.947	0
Makan sore 18.00	Nasi	Beras	100	3/4 gls	357	8.4	1.7	77.1	0.2	1.8	0	27	0	0
	Ayam bumbu kuning	Daging ayam	40	1 ptg	119.2	5.52	10	0	0.24	0.6	0	10.9	98	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
	Bening Sayur	daun kelor	10	1/10 gls	3.5	0.22	0.01	0.74	0.19	0.05	0.8	6.1	0.33	0
		wortel	30	1/3 gls	10.8	0.3	0.18	2.37	0.3	0.3	5.4	21	2.1375	0
	Buah	semangka	180	2 bh sdg	50.4	0.9	0.36	12.42	0.72	0.36	10.8	12.6	10.62	0
Cairan 24 jam	infus	Infus	500	3 botol	0	0	0	0	0	0	0	4485	0	1500
	minum	Air putih	250	4 gls	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1000
					567.42	15.34	15.25	92.63	1.65	3.11	17	4562.6	111.633	2500
TOTAL KESELURUHAN					1497.31	57.318	43.867	219.278	4.34	10.345	38.9	4638.42	378.125	2500
KEBUTUHAN GIZI INDIVIDU 80%					1,634.90	80	36.33	247	6.4	14.4	52.5	1200	480	2300
PERSENTASE					91.58419475	71.6475	120.746	88.7765	67.8125	71.8403	74.0952	386.535	78.7761	108.696

Lampiran 13 Menu Perencanaan Intervensi Hari Ke-2

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	URT	Energi	Protein	Lemak	Kh	Serat	Zat besi	Vit C	Na	Vit A	Cairan
Makan pagi 06.00	Bubur ayam	Beras	25	1/4 gls	89.25	2.1	0.425	19.275	0.05	0.45	0	6.75	0	0
		Daging ayam	40	1 ptg	119.2	5.52	10	0	0.24	0.6	0	43.6	98	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
					234.97	7.62	13.425	19.275	0.29	1.05	0	50.35	98.54543	0
makan siang 12.00	Nasi	Beras	100	3/4 gls	357	8.4	1.7	77.1	0.2	1.8	0	27	0	0
	Pindang ikan patin	Ikan patin	70	2 ptg sdg	92.4	11.9	4.62	0.77	0	1.12	0	53.9	4.9	0
	Tahu tempe goreng	Tahu	25	1/2 bj sdg	20	2.725	1.175	0.2	0.025	0.85	0	0.5	29.5	0
		tempe	25	1 ptg	50.25	5.2	2.2	3.375	0.35	1	0	2.25	0	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
	Bening Sayur	Wortel	25	1/4 gls	9	0.25	0.15	1.975	0.25	0.25	4.5	17.5	1.78125	0
		Bayam	25	1/4 gls	4	0.225	0.1	0.725	0.175	0.875	10.25	4	0.65	0
	Buah	Jeruk manis	110	2 buah sdg	49.5	0.99	0.22	12.32	1.54	0.44	49.5	4.4	209	0
					608.67	13.165	13.165	96.465	2.54	6.335	64.25	109.55	246.37668	0
makan sore 17.00	Nasi	Beras	100	3/4 gls	357	8.4	1.7	77.1	0.2	1.8	0	27	0	0
	bakso kuah	Bakso	90	5 btr	96.3	10.143	1.107	10.548	0.36	0	0	0	0	0
	tempe bacem	Tempe	50	1 ptg	100.5	10.4	4.4	6.75	0.7	2	0	4.5	0	0
		kecap	3	1 sdt	2.13	0.171	0.039	0.27	0	0.171	0	3.342	0	0
	Bening Sayur	Oyong	25	1/4 gls	4.75	0.1	0.05	1.025	0.325	0.225	2	5.75	95	0
		Wortel	25	1/2 gls	9	0.25	0.15	1.975	0.25	0.25	4.5	17.5	1.78125	0
	Buah	Pisang	50	1 buah sdg	32.9	0.6	0.1	15.9	2.65	0.4	5		7	0
					602.58	30.064	7.546	113.568	4.485	4.846	11.5	58.092	103.78125	0
selingan 18.00	bolu bronis	Bolu bronis	50	3 ptg	189.5	4.81	4.3	31.27	1.1	0	0	0	0	0
Cairan	infus	Infus	500	2.5 botol	0	0	0	0	0	0	0	2990	0	1250
	minum	Air putih	250	4 gls	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1125
					189.5	4.81	4.3	31.27	1.1	0	0	2990	0	0
TOTAL KESELURUHAN					1635.72	55.659	38.436	260.578	8.415	12.231	75.75	3207.99	448.70336	2375
KEBUTUHAN GIZI INDIVIDU 80%					1,634.90	80	36.33	247	6.4	14.4	52.5	1200	480	2300
PERSENTASE					100.050156	69.5738	105.797	105.497	131.484	84.9375	144.286	267.333	93.4798667	103.261

Lampiran 14 Menu Perencanaan Intervensi Hari Ke-3

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	URT	Energi	Protein	Lemak	Kh	Serat	Zat besi	Vit C	Na	Vit A	Cairan
Makan pagi 06.00	Bubur ayam	Beras	25	1/4 gls	89.25	2.1	0.425	19.275	0.05	0.45	0	6.75	0	0
		Daging ayam	40	1 ptg	119.2	5.52	10	0	0.24	0.6	0	3.27	98	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
					234.97	7.62	13.425	19.275	0.29	1.05	0	10.02		0
makan siang 12.00	Nasi	Beras	100	3/4 gls	357	8.4	1.7	77.1	0.2	1.8	0	27	0	0
	Ikan patin goreng	Ikan patin	70	2 ptg sdg	92.4	11.9	4.62	0.77	0	1.12	0	53.9	4.9	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
	Bacem Tempe	Tempe	50	2 ptg	100.5	10.4	4.4	6.75	0.7	2	0	4.5	0	0
		kecap	3	1 sdt	2.13	0.171	0.039	0.27	0	0.171	0	3.342	0	0
	Bening Sayur	wortel	20	1/2 bh	7.2	0.2	0.12	1.58	0.2	0.2	3.6	14	1.425	0
		oyong	30	1 bh	5.7	0.12	0.06	1.23	0.39	0.27	2.4	6.9	114	0
	Buah	Jeruk manis	110	2 buah sdg	49.5	0.99	0.22	12.32	1.54	0.44	49.5	4.4	209	0
					640.95	32.181	14.159	100.02	3.03	6.001	55.5	114.042		0
makan sore 17.00	Nasi	Beras	100	3/4 gls	357	8.4	1.7	77.1	0.2	1.8	0	27	0	0
	Telur bumbu kecap	Telur ayam	50	1 btr	77	6.2	5.4	0.35	0	1.5	0	82	30.5	0
	Bacem Tempe	tempe	50	2 ptg	100.5	10.4	4.4	6.75	0.7	2	0	4.5	0	0
	Bening Sayur	buncis	30	5 btg	10.2	0.72	0.09	2.16	0.57	0.21	3.3	2.4	165	0
		wortel	20	1/2 bh	7.2	0.2	0.12	1.58	0.2	0.2	3.6	14	1.425	0
	Buah	Pisang	50	1 buah sdg	32.9	0.6	0.1	15.9	2.65	0.4	5		7	0
					584.8	26.52	11.81	103.84	4.32	6.11	11.9	129.9		0
selingan 18.00	Roti selai stroberi	roti tawar	70	4 iris	173.6	5.6	0.84	35	3.57	1.05	0	371		0
		selai stroberi	10	2 sdm	23.9	0.05	0.06	6.45	0.1	0.1	0	3		0
cairan 24 jam	infus	infus	500	3 botol	0	0	0	0	0	0	0	2990		1250
	minum	air putih	250	5 gls	0	0	0	0	0	0	0	0		1250
					197.5	5.65	0.9	41.45	3.67	1.15	0	3364		2500
TOTAL KESELURUHAN					1658.22	71.971	40.294	264.585	11.31	14.311	67.4	3617.96		2500
KEBUTUHAN GIZI INDIVIDU 80%					1,634.90	80	36.33	247	6.4	14.4	52.5	1200	480	2300
PERSENTASE					101.4263869	89.9638	110.911	107.119	176.719	99.3819	128.381	301.497		108.696

Lampiran 15 Sisa Makanan (Food Weighing) Intervensi Hari Ke-1

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	URT	Energi	Protein	Lemak	Kh	Serat	Zat besi	Vit C	Na	Vit A	cairan
Makan pagi 06.00	Bubur ayam	Beras	5	1 sdt	17.85	0.42	0.085	3.855	0.01	0.09	0	1.35	0	0
		Daging ayam	10	2 suir	29.8	1.38	2.5	0	0.06	0.15	0	3.27	24.5	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
					74.17	1.8	5.585	3.855	0.07	0.24	0	4.62		0
Makan siang 12.00	Nasi	Beras	30	3 sdm	107.1	2.52	0.51	23.13	0.06	0.54	0	8.1	0	0
	Bumbu kecap	Telur ayam	15	1 btr	23.1	1.86	1.62	0.105	0	0.45	0	0	9.15	0
	Tahu tempe bumbu kuning	Tahu	0		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		tempe	25	1/2 ptg	50.25	5.2	2.2	3.375	0.35	1	0	2.25	0	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
	Bening Sayur	toge	10	1/8 gls	3.7	0.44	0.05	0.38	0.17	0.2	4.6	0.2	0	0
		wortel	20	1/5 gls	7.2	0.2	0.12	1.58	0.2	0.2	3.6	14	1.425	0
		oyong	30	1/3 gls	5.7	0.12	0.06	1.23	0.39	0.27	2.4	6.9	114	0
	Buah	semangka	180	2 bh sdg	50.4	0.9	0.36	12.42	0.72	0.36	10.8	12.6	106.2	0
selingan sore 16.00	bakso	Bakso	90	5 btr	96.3	10.143	1.107	10.548	0.36	0	0	0	0	0
					370.27	21.383	9.027	52.768	2.25	3.02	21.4	44.05		0
Makan sore 18.00	Nasi	Beras	30	3 sdm	107.1	2.52	0.51	23.13	0.06	0.54	0	8.1	0	0
	Ayam bumbu kuning	Daging ayam	40	1 ptg	119.2	5.52	10	0	0.24	0.6	0	5.45	98	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
	Bening Sayur	Daun kelor	5	1/10 gls	1.75	0.11	0.005	0.37	0.095	0.025	0.4	3.05	0.16	0
		Wortel	10	1/10 gls	3.6	0.1	0.06	0.79	0.1	0.1	1.8	7	0.7125	0
	Buah	Semangka	180	2 bh sdg	50.4	0.9	0.36	12.42	0.72	0.36	10.8	12.6	106.2	0
cairan 24 jam	Infus	Infus	500	3 botol	0	0	0	0	0	0	0	4485	0	1500
	Air minum	Air putih	250	4 gls	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1000
					308.57	9.15	13.935	36.71	1.215	1.625	13	4521.2	205.618	2500
TOTAL KESELURUHAN					753.01	32.333	28.547	93.333	3.535	4.885	34.4	4569.87	205.618	2500
KEBUTUHAN GIZI INDIVIDU 80%					1,634.90	80	36.33	247	6.4	14.4	52.5	1200	480	2300
PERSENTASE%					46.05847452	40.4163	78.5769	37.7866	55.2344	33.9236	65.5238	380.823	42.8371	108.696

Lampiran 16 Sisa Makanan (Food Weighing) Intervensi Hari Ke-2

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	URT	Energi	Protein	Lemak	Kh	Serat	Zat besi	Vit C	Na	Vit A	Cairan	
Makan pagi 06.00	Bubur ayam	Beras	15	3 sdm	53.55	1.26	0.255	11.565	0.03	0.27	0	4.05	0	0	
		Daging ayam	20	1/2 ptg	59.6	2.76	5	0	0	0.12	0.3	0	21.8	49	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0	0.54543	0
					113.15	4.02	5.255	11.565	0.15	0.57	0	25.85	49	0	
makan siang 12.00	Nasi	Beras	30	3 sdm	107.1	2.52	0.51	23.13	0.06	0.54	0	8.1	0	0	
	Pindang ikan patin	Ikan patin	70	2 ptg sdg	92.4	11.9	4.62	0.77	0	1.12	0	53.9	4.9	0	
	Tahu tempe goreng	Tahu	25	1/4 bj sdg	20	2.725	1.175	0.2	0.025	0.85	0	0.5	29.5	0	
		tempe	25	1/2 ptg	50.25	5.2	2.2	3.375	0.35	1	0	2.25	0	0	
		minyak kelapa sawit	5	1 sdt	44.2	0	5	0	0	0	0	0	0.90905	0	
	Bening Sayur	wortel	20	1/4 gls	7.2	0.2	0.12	1.58	0.2	0.2	3.6	14	1.425	0	
		Bayam	25	1/4 gls	4	0.225	0.1	0.725	0.175	0.875	10.25	4	0.65	0	
	Buah	Jeruk manis	110	2 buah sdg	49.5	0.99	0.22	12.32	1.54	0.44	49.5	4.4	209	0	
					374.65	13.945	13.945	42.1	2.35	5.025	63.35	87.15	246.384	0	
makan sore 17.00	Nasi	Beras	70	1/3 gls	249.9	5.88	1.19	53.97	0.14	1.26	0	18.9	0	0	
	Bakso kuah	Bakso	90	5 btr	96.3	10.143	1.107	10.548	0.36	0	0	0	0	0	
	Tempe bacem	Tempe	25	1/2ptg	50.25	5.2	2.2	3.375	0.35	1	0	2.25	0	0	
		kecap	3	1 sdt	2.13	0.171	0.039	0.27	0	0.171	0	3.342	0	0	
	Bening Sayur	Oyong	20	1/4 gls	3.8	0.08	0.04	0.82	0.26	0.18	1.6	4.6	76	0	
		Wortel	17	1/9 gls	6.12	0.17	0.102	1.343	0.17	0.17	3.06	11.9	1.21125	0	
	Buah	Pisang	50	1 buah sdg	32.9	0.6	0.1	15.9	2.65	0.4	5		7	0	
					408.5	21.644	4.678	70.326	1.28	2.781	4.66	40.992	77.2113	0	
selingan 18.00	bolu bronis	Bolu bronis	50	3 iris	189.5	4.81	4.3	31.27	1.1	0	0	0	0	0	
cairan 24 jm	infus	Infus	500	2.5 botol	0	0	0	0	0	0	0	3737.5	0	1250	
	minum	Air putih	250	4 gls	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1000	
					189.5	4.81	4.3	31.27	1.1	0	0	3737.5	0	0	
TOTAL KESELURUHAN					1085.8	44.419	28.178	155.261	4.88	8.376	68.01	3891.49	372.595	2250	
KEBUTUHAN GIZI INDIVIDU 80%					1,634.90	80	36.33	247	6.4	14.4	52.5	1200	480	2300	
PERSENTASE%					66.41384794	55.5238	77.5612	62.8587	76.25	58.1667	129.543	324.291	77.624	97.8261	

Lampiran 17 Sisa Makanan (Food Weighing) Intervensi Hari Ke-3

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	URT	Energi	Protein	Lemak	Kh	Serat	Zat besi	Vit C	Na	vit A	Cairan
Makan pagi 06.00	Bubur ayam	Beras	20	2 sdm	71.4	1.68	0.34	15.42	0.04	0.36	0	5.4	0	0
		Daging ayam	35	1 ptg kcl	104.3	4.83	8.75	0	0.21	0.525	0	3.27	85.75	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
					202.22	6.51	12.09	15.42	0.25	0.885	0	8.67	86.29543	0
makan siang 12.00	Nasi	Beras	30	3 sdm	107.1	2.52	0.51	23.13	0.06	0.54	0	8.1	0	0
		ikan patin goreng	Ikan patin	50	1 1/2 ptg sdg	66	8.5	3.3	0.55	0	0.8	0	38.5	3.5
	Bacem Tempe	minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543	0
		tempe	50	2 ptg	100.5	10.4	4.4	6.75	0.7	2	0	4.5	0	0
	Bening Sayur	kecap	3	1 sdt	2.13	0.171	0.039	0.27	0	0.171	0	3.342	0	0
		wortel	15	1/7 gls	5.4	0.15	0.09	1.185	0.15	0.15	2.7	10.5	1.06875	0
	Buah	oyong	15	1/7 gls	2.85	0.06	0.03	0.615	0.195	0.135	1.2	3.45	57	0
		Jeruk manis	110	2 buah sdg	49.5	0.99	0.22	12.32	1.54	0.44	49.5	4.4	209	0
					360	11.589	11.589	44.82	2.645	4.236	53.4	72.792	271.11418	0
makan sore 17.00	Nasi	Beras	90	1/4 gls	321.3	7.56	1.53	69.39	0.18	1.62	0	24.3	0	0
	telur bumbu kecap	Telur ayam	50	1 btr	77	6.2	5.4	0.35	0	1.5	0	82	30.5	0
	Bacem Tempe	tempe	50	2 ptg	100.5	10.4	4.4	6.75	0.7	2	0	4.5	0	0
	Bening Sayur	wortel	15	1/7 gls	5.4	0.15	0.09	1.185	0.15	0.15	2.7	10.5	1.06875	0
		buncis	25	1/4 gls	8.5	0.6	0.075	1.8	0.475	0.175	2.75	2	137.5	0
	Buah	Pisang	50	1 buah sdg	32.9	0.6	0.1	15.9	2.65	0.4	5	0	7	0
					545.6	25.51	11.595	95.375	4.155	5.845	10.45	123.3	176.06875	0
selingan 18.00	Roti selai stroberi	roti tawar	70	4 iris	173.6	5.6	0.84	35	3.57	1.05	0	371	0	0
		selai stroberi	10	2 sdm	23.9	0.05	0.06	6.45	0.1	0.1	0	3	0	0
cairan 24 jam	infus	infus	500	2.5 botol	0	0	0	0	0	0	0	3737.5	0	1250
	minum	air putih	250	5 gls	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1250
					197.5	5.65	0.9	41.45	3.67	1.15	0	4111.5		2500
TOTAL KESELURUHAN					1305.32	49.259	36.174	197.065	10.72	12.116	63.85	4316.26	533.47836	2500
KEBUTUHAN GIZI INDIVIDU 80%					1,634.90	80	36.33	247	6.4	14.4	52.5	1200	480	2300
PERSENTASE %					79.84096887	61.5738	99.5706	79.7834	167.5	84.1389	121.619	359.689	111.141325	108.696

Lampiran 18 Dokumentasi menu dan sisa makanan (Food Weighing)

Waktu makan	Menu yang disediakan	Sisa makanan
Makan pagi 25/04/2025 pukul 06.00		
Makan siang 25/04/2025 pukul 12.00		
Selingan sore 25/04/2025 16.00		Habis
Makan malam 25/04/2025 pukul 18.00		
Makan pagi 26/04/2025 pukul 06.00		

Makan siang 26/04/2025 pukul 12.00		
Selingan sore 26/04/2025 16.00		Habis
Makan malam 26/04/2025 pukul 18.00		
Makan pagi 27/04/2025 pukul 06.00		
Makan siang 27/04/2025 pukul 12.00		

Selingan sore 27/04/2025 16.00		Habis
Makan siang 27/04/2025 pukul 18.00		

Lampiran 19 Dokumentasi Penelitian



Lampiran 20 Leaflet penyakit demam tifoid dan Daftar penukar bahan makanan

[illegible]

GOLONGAN I 1. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN II 2. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN III 3. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN IV 4. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN V 5. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN VI 6. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN VII 7. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN VIII 8. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN IX 9. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN X 10. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XI 11. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XII 12. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XIII 13. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XIV 14. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XV 15. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XVI 16. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XVII 17. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XVIII 18. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XIX 19. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XX 20. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXI 21. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXII 22. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXIII 23. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXIV 24. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXV 25. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXVI 26. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXVII 27. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXVIII 28. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXIX 29. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXX 30. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXXI 31. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXXII 32. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXXIII 33. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXXIV 34. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXXV 35. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXXVI 36. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXXVII 37. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXXVIII 38. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XXXIX 39. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XL 40. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XLI 41. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XLII 42. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XLIII 43. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XLIV 44. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XLV 45. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XLVI 46. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XLVII 47. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XLVIII 48. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN XLIX 49. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN L 50. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LI 51. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LII 52. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LIII 53. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LIV 54. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LV 55. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LVI 56. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LVII 57. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LVIII 58. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LIX 59. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LX 60. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LXI 61. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LXII 62. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LXIII 63. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LXIV 64. Jumlah 1000 orang				GOLONGAN LXV 65. Jumlah 1000 orang			
--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	---	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---	--	--	--

Lampiran 21 Leaflet

Pengukuran

BB: _____
 TB: _____
 USIA: _____
 RBT: _____
 RDI: _____

KEBUTUHAN ENERGI: _____
 KEBUTUHAN PROTEIN: _____
 KEBUTUHAN LEMAK: _____
 KEBUTUHAN KARB: _____
 KEBUTUHAN SERAT: _____

Makan pagi 6.30-7.30

NASI/PENGANTI: _____
 HEWANI/NABATI: _____
 SAYURAN: _____
 BUAH: _____

SELINGAN 09.00-10.00:

Makan siang 12.30-12.30

NASI/PENGANTI: _____
 HEWANI/NABATI: _____
 SAYURAN: _____
 BUAH: _____

SELINGAN 14.00-15.00:

Makan malam 18.00-19.00

NASI/PENGANTI: _____
 HEWANI/NABATI: _____
 SAYURAN: _____
 BUAH: _____

SELINGAN 21.00:

CONTOH MENU SEHARI



Makan pagi	Makan siang	Makan malam
Nasi 1 porsi Ayam 50 gram Ikan 50 gram Sayur 50 gram Buah 100 gram	Nasi 1 porsi Ayam 50 gram Ikan 50 gram Sayur 50 gram Buah 100 gram	Nasi 1 porsi Ayam 50 gram Ikan 50 gram Sayur 50 gram Buah 100 gram

HINDARI MAKANAN MENTAH, BERSEKAT DAN MERANGSANG SALURAN PENCERNAAN



DIET DEMAM TIFOID



Smiley: _____

Clinic: _____

Smiley: _____

Clinic: _____

POLTEKES KEMENKES TANJUNGPINANG
 PROGRAM STUDI DIET GIZI
 TAHUN 2025



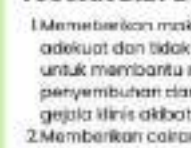
PENGERTIAN DEMAM TIFOID

Penyakit demam tifoid merupakan infeksi akut pada usus halus dengan gejala demam lebih dari satu minggu, mengakibatkan gangguan pencernaan dan dapat menurunkan tingkat kesadaran. Demam tifoid adalah suatu penyakit infeksi sistemik yang bersifat akut. Penyakit ini disebabkan oleh *Salmonella paratyphi A* dan *C*.

GEJALA

Demam

Nyeri perut/perut kembung
Mual/muntah,
Diare/konstipasi
Hepatosplenomegali (nyeri dada)
Lidah kotor (bintik putih/hitam)



TUJUAN DIET DEMAM TIFOID

1. Memberikan makanan yang adekuat dan tidak merangsang untuk membantu mempercepat penyembuhan dan menurunkan gejala klinis akibat demam tifoid.
2. Memberikan cairan cukup untuk mengurangi dehidrasi akibat demam
3. Memberikan makanan yang rendah serat untuk mengurangi beban kerja usus halus

SYARAT DIET

1. Energi diberikan cukup, dapat menggantikan energi yang hilang
2. Protein diberikan 1g/kg BB/24 jam
3. Lemak diberikan 10-15% dari energi
4. Karbohidrat diberikan 10-15% dari energi
5. Cairan diberikan 30-40 ml/kg BB/24 jam
6. Makanan yang diberikan mudah cerna, porsi kecil dan frekuensi sering
7. Cairan diberikan lebih awal daripada makanan yang lebih padat
8. Makanan yang diberikan tidak mengandung bahan iritasi dan bersifat yang lebih merangsang

BAHAN MAKAN YANG DIANJURKAN DAN TIDAK DIANJURKAN

Bahan makanan	Dit yang dianjurkan	Diet yang tidak dianjurkan
Gandum padi	Beras, kentang, ubi, ubi jalar, kacang hijau, kacang panjang, kacang merah, kacang hitam, kacang putih, kacang kedelai	Beras, jagung, ubi jalar, kacang merah, kacang hitam, kacang putih, kacang kedelai
Lentil/bean	Supaya dapat diolah menjadi bubur	
Diet rendah	Tidak banyak lemak/jenis lemak	
Minyak	Minyak yang tidak bergetas dan tidak banyak lemak, minyak sayur, minyak ikan, minyak kacang	Minyak bergetas, minyak kacang, minyak ikan, minyak sayur, minyak ikan, minyak kacang
Diet	Protein yang mudah dicerna, tidak bergetas	Diet yang tinggi lemak, lemak bergetas, lemak ikan, lemak sayur, lemak ikan, lemak kacang
Umbi	Kentang, ubi jalar, ubi jalar, kacang hijau, kacang merah, kacang putih, kacang kedelai	Kentang, ubi jalar, ubi jalar, kacang hijau, kacang merah, kacang putih, kacang kedelai
Minyak	Tidak bergetas	Minyak bergetas, minyak kacang, minyak ikan, minyak sayur, minyak ikan, minyak kacang

DIET RENDAH SERAT

Diet rendah serat membantu mengurangi stres mekanis pada saluran pencernaan, terutama pada bagian usus halus dan kolon. Diet rendah serat membantu mengurangi stres mekanis pada saluran pencernaan, terutama pada bagian usus halus dan kolon. Diet rendah serat membantu mengurangi stres mekanis pada saluran pencernaan, terutama pada bagian usus halus dan kolon.

Lampiran 22 Penukar dan Menu 1600, 1800, 2000 kkal

Penukar 1600 kkal

Bahan Makanan	Penukar	Energi	Protein	Lemak	KH	Bahan makanan	Energi (Kal)	Protein (gr)	Lemak (gr)	KH (gr)
Makanan pokok	5.5	175	4	0	40	makanan pokok	962.5	22	0	220
lauk hewani rendah lemak	3	50	7	2	0	lauk hewani rendah lemak	150	21	6	0
lauk hewani lemak sedang	1	75	7	5	0	lauk hewani lemak sedang	75	7	5	0
lauk hewani lemak tinggi	0	150	7	13	0	lauk hewani tinggi lemak	0	0	0	0
lauk nabati	1.5	75	5	3	7	lauk nabati	112.5	7.5	4.5	10.5
sayuran	1	25	1	0	5	sayuran	25	1	0	5
buah	2	50	0	0	12	buah	100	0	0	24
minyak	1	50	0	10	12	minyak	50	0	10	12
susu	2	10	7		75	susu	20	14	0	150
santan	0.5	50	0	0	12	santan	25	0	0	6
					Total		1520	72.5	25.5	427.5
					Total kebutuhan individu		1,600.00	80	35.5	220
					Persentase kebutuhan gizi		95	90.625	71.831	194.318

Menu 1600 kkal

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	URT	Energi	Protein	Lemak	Kh	Serat	Zat besi	Vit C	na	Vit A
Makan pagi 06.00	Bubur ayam	Beras	25	3 sdt	89.25	2.1	0.425	19.275	0.05	0.45	0	6.75	0
		Daging ayam	40	1 ptg	119.2	5.52	10	0	0.24	0.6	0	3.27	98
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543
selingan pagi 9.00	bubur kacang hijau	kacang hijau	20	2 sdm	64.6	4.58	0.3	11.36	1.5	1.5	8.4	0	0
		gula merah	10	1 sdm	36.8	0	0	9.2	0	0.3	0	1.5	0
		santan	20	2 sdm	24.4	0.4	2	1.52	0.28	0.02	0.4	1.8	0
					360.77	12.6	15.725	41.355	2.07	2.87	8.8	13.32	98.5454
Makan siang 12.00	Nasi tim	nasi tim	200	3/4 gls	240	4.8	0.6	52	0.4	0.8	0	0	0
	pindang patin	Ikan patin	80	2 ptg sdg	105.6	13.6	5.28	0.88	0	1.28	0	61.6	5.6
	Sup tahu	Tahu	110	1/2 bj sdg	88	11.99	5.17	0.88	0.11	3.74	0	2.2	129.8
	bening wortel dan oyong	Wortel	25	1/4 gls	9	0.25	0.15	1.975	0.25	0.25	4.5	17.5	1.78125
		Oyong	25	1/4 gls	4.75	0.1	0.05	1.025	0.325	0.225	2	5.75	95
	Buah	semangka	180	2 bh sdg	50.4	0.9	0.36	12.42	0.72	0.36	10.8	12.6	10.62
selingan sore 14.00	pudding susu	susu skim	40	4 sdm	143.6	14.24	0.4	20.8	0	3	16.8	0.4	0
		gula pasir	13	1 sdm	51.22	0	0	12.22	0	0.078	0.91	61.1	0
		agar agar	1	1/4 sdt	1.2	0.03	0.03	0.24	0	0	0	0	0
					693.77	45.91	12.04	102.44	1.805	9.733	35.01	161.15	242.801
Makan sore 18.00	Nasi tim	nasi tim	200	3/4 gls	240	4.8	0.6	52	0.4	0.8	0	0	0
	semur telur	Telur ayam	50	1 btr	77	6.2	5.4	0.35	0	1.5	0	82	30.5
		kecap	3	1 sdt	2.13	0.171	0.039	0.27	0	0.171	0	3.342	0
	tempe bumbu	tempe	50	2 ptg	100.5	10.4	4.4	6.75	0.7	2	0	4.5	0
	Bening Sayur	labu siam	25	1/4 gls	7.5	0.15	0.025	1.675	1.55	0.125	4.5	0.75	5
		wortel	25	1/4 gls	9	0.25	0.15	1.975	0.25	0.25	0.575	17.5	1.78125
	Buah	semangka	180	2 bh sdg	50.4	0.9	0.36	12.42	0.72	0.36	10.8	12.6	10.62
					486.53	22.871	10.974	75.44	3.62	5.206	15.875	120.692	47.9013
TOTAL KESELURUHAN					1541.07	81.381	38.739	219.235	7.495	17.809	59.685	295.162	389.248
KEBUTUHAN GIZI INDIVIDU					1,600.00	80	35.5	220	8	18	75	1500	600
PERSENTASE					96.3169	101.726	109.124	99.6523	93.6875	98.9389	79.58	19.6775	64.8747

Penukar 1800 kkal

Bahan Makanan	Penukar	Energi	Protein	Lemak	KH	Bahan makanan	Energi (Kal)	Protein (gr)	Lemak (gr)	KH (gr)
Makanan pokok	7	175	4	0	40	makanan pokok	1225	28	0	280
lauk hewani rendah lemak	2	50	7	2	0	lauk hewani rendah lemak	100	14	4	0
lauk hewani lemak sedang	2	75	7	5	0	lauk hewani lemak sedang	150	14	10	0
lauk hewani lemak tinggi	0	150	7	13	0	lauk hewani tinggi lemak	0	0	0	0
lauk nabati	1.5	75	5	3	7	lauk nabati	112.5	7.5	4.5	10.5
sayuran	1	25	1	0	5	sayuran	25	1	0	5
buah	3	50	0	0	12	buah	150	0	0	36
minyak	1	50	0	10	12	minyak	50	0	10	12
susu	2	10	7		75	susu	20	14	0	150
santan		50	0	0	12	santan	0	0	0	0
					Total		1832.5	78.5	28.5	493.5
					Total kebutuhan individu		1,800.00	90	40	270
					Persentase kebutuhan gizi		101.805556	87.2222	71.25	182.778

Menu 1800 kkal

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	URT	Energi	Protein	Lemak	Kh	Serat	Zat besi	Vit C	na	Vit A
Makan pagi 06.00	Bubur ayam	Beras	25	3 sdt	89.25	2.1	0.425	19.275	0.05	0.45	0	6.75	20
		Daging ayam	40	1 ptg	119.2	5.52	10	0	0.24	0.6	0	3.27	98
		sate telur puyuh	55	5 btr	63.8	5.5	3.85	1.485	0	1.87	0	262.9	45.1
		kecap	3	1 sdt	2.13	0.171	0.039	0.27	0	0.171	0	3.342	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543
selingan pagi 9.00	kue lumpur	kue lumpur	100	2 bh sdg	291	3.6	11.1	44.1	0	2.3	0	0	0
					591.9	16.891	28.414	65.13	0.29	5.391	0	276.262	163.645
Makan siang 12.00	Nasi tim	nasi tim	200	3/4 gls	240	4.8	0.6	52	0.4	0.8	0	0	0
	bakso kuah	Bakso	170	10 bj sdg	181.9	19.159	2.091	19.924	0.68	0	0	0	0
	tempe bumbu kuning	Tempe	50	2 ptg	100.5	10.4	4.4	6.75	0.7	2	0	4.5	0
	sop wortel dan buncis	Wortel	25	1/4 gls	9	0.25	0.15	1.975	0.25	0.25	4.5	17.5	1.78125
		buncis	25	1/4 gls	8.5	0.6	0.075	1.8	0.475	0.175	2.75	2	137.5
	Buah	pisang uli	50	1 bh besar	67	0.55	0.25	17.75	0.7	0.45	1.5	19.5	29.5
selingan sore 14.00	Pure kentang	kentang	105	1 bh sdg	65.1	2.205	0.21	14.175	0.525	1.785	81.9	4.2	365
		susu skim	40	4 sdm	143.6	14.24	0.4	20.8	0	3	16.8	0.4	0
					815.6	52.204	8.176	135.174	3.73	8.46	107.45	48.1	533.781
Makan sore 18.00	Nasi tim	nasi tim	200	3/4 gls	240	4.8	0.6	52	0.4	0.8	0	0	0
	pindang ikan patin	Ikan patin	40	1 ptg sdg	52.8	6.8	2.64	0.44	0	0.64	0	30.8	2.8
	pepes tahu	Tahu	55	1/2 bj sdg	44	5.995	2.585	0.44	0.055	1.87	0	1.1	64.9
	Bening Sayur	labu siam	25	1/4 gls	7.5	0.15	0.025	1.675	1.55	0.125	4.5	0.75	5
		wortel	50	1/2 gls	18	0.5	0.3	3.95	0.5	0.5	1.15	35	3.5625
	Buah	semangka	180	2 bh sdg	50.4	0.9	0.36	12.42	0.72	0.36	10.8	12.6	10.62
					412.7	19.145	6.51	70.925	3.225	4.295	16.45	80.25	86.8825
TOTAL KESELURUHAN					1820.2	88.24	43.1	271.229	7.245	18.146	123.9	404.612	784.309
KEBUTUHAN GIZI INDIVIDU					1,800.00	90	40	270	8	18	75	1500	600
PERSENTASE					101.122	98.0444	107.75	100.455	90.5625	100.811	165.2	26.9741	130.718

Penukar 2000 kkal

Bahan Makanan	Penukar	Energi	Protein	Lemak	KH	Bahan makanan	Energi (Kal)	Protein (gr)	Lemak (gr)	KH (gr)
Makanan pokok	7.5	175	4	0	40	makanan pokok	1312.5	30	0	300
lauk hewani rendah lemak	3	50	7	2	0	lauk hewani rendah lemak	150	21	6	0
lauk hewani lemak sedang	3	75	7	5	0	lauk hewani lemak sedang	225	21	15	0
lauk hewani lemak tinggi	0	150	7	13	0	lauk hewani tinggi lemak	0	0	0	0
lauk nabati	1	75	5	3	7	lauk nabati	75	5	3	7
sayuran	1	25	1	0	5	sayuran	25	1	0	5
buah	2	50	0	0	12	buah	100	0	0	24
minyak	1	50	0	10	12	minyak	50	0	10	12
susu	2	10	7		75	susu	20	14	0	150
santan	1	50	0	0	12	santan	50	0	0	12
						Total	2007.5	92	34	510
						Total kebutuhan individu	2,000.00	100	44.44	300
						Persentase kebutuhan gizi	100.375	92	76.5077	170

Menu 2000 kkal

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	URT	Energi	Protein	Lemak	Kh	Serat	Zat besi	Vit C	na	Vit A
Makan pagi 06.00	Bubur ayam	Beras	50	3 sdt	178.5	4.2	0.85	38.55	0.1	0.9	0	13.5	20
		Daging ayam	40	1 ptg	119.2	5.52	10	0	0.24	0.6	0	3.27	98
		sate telur puyuh	55	5 btr	63.8	5.5	3.85	1.485	0	1.87	0	262.9	45.1
		kecap	3	1 sdt	2.13	0.171	0.039	0.27	0	0.171	0	3.342	0
		minyak kelapa sawit	3	1 sdt	26.52	0	3	0	0	0	0	0	0.54543
selingan pagi 9.00	susu	susu skim	40	4 sdm	143.6	14.24	0.4	20.8	0	3	16.8	0.4	0
	biskuit	biskuit	40	4 bh bsr	194	2.76	5.76	30.04	0.84	1.08	0	96.4	5.6
					727.75	32.391	23.899	91.145	1.18	7.621	16.8	379.812	169.245
Makan siang 12.00	Nasi tim	nasi tim	250	3/4 gls	300	6	0.75	65	0.5	1	0	0	0
	daging sapi kecap	Daging sapi	70	2 ptg	128.8	13.16	9.8	0	0.42	1.54	0	82.6	25.9
		kecap	3	1 sdt	2.13	0.171	0.039	0.27	0	0.171	0	3.342	0
	sup tahu	Tahu	55	1/2 bj sdg	44	5.995	2.585	0.44	0.055	1.87	0	1.1	64.9
	bening bayam dan labi siam	Wortel	25	1/4 gls	9	0.25	0.15	1.975	0.25	0.25	4.5	17.5	1.78125
		labu siam	25	1/4 gls	7.5	0.15	0.025	1.675	1.55	0.125	4.5	0.75	5
	Buah	apel malang	85	1 bh sdg	49.3	0.425	0.34	10.88	0.68	0.51	4.25	3.06	22.1
selingan sore 14.00	bubur sumsum	tepung beras	50	5 sdm	176.5	3.5	0.25	40	1.2	0.4	0	2.5	0
		gula merah	20	1 sdm	73.6	0	0	18.4	0	0.6	0	3	0
		santan	20	2 sdm	24.4	0.4	2	1.52	0.28	0.02	0.4	1.8	0
					815.23	30.051	15.939	140.16	4.935	6.486	13.65	115.652	119.681
Makan sore 18.00	Nasi tim	Nasi tim	200	3/4 gls	240	4.8	0.6	52	0.4	0.8	0	0	0
	pindang ikan kembung	Ikan kembung	80	2 ptg sdg	100	17.12	2.72	1.76	0	0.64	0	171.2	0
	pepes tahu	Tahu	55	1/2 bj sdg	44	5.995	2.585	0.44	0.055	1.87	0	1.1	64.9
	Bening Sayur	Oyong	25	1/4 gls	4.75	0.1	0.05	1.025	0.325	0.225	2	5.75	95
		wortel	25	1/4 gls	9	0.25	0.15	1.975	0.25	0.25	0.575	17.5	1.78125
	Buah	semangka	180	2 bh sdg	50.4	0.9	0.36	12.42	0.72	0.36	10.8	12.6	10.62
					448.15	29.165	6.465	69.62	1.75	4.145	13.375	208.15	172.301
TOTAL KESELURUHAN					1991.13	91.607	46.303	300.925	7.865	18.252	43.825	703.614	461.228
KEBUTUHAN GIZI INDIVIDU					2,000.00	100	44.44	300	8	18	75	1500	600
PERSENTASE					99.5565	91.607	104.192	100.308	98.3125	101.4	58.4333	46.9076	76.8713