

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

- Kampus Utama : Jalan Brawijaya No. 77 C Malang 65112, Telepon (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746
- Kampus I : Jalan Srikeya No. 106 Jember, Telepon (0331) 486813
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporeng Lawang, Telepon (0341) 427847
- Kampus III : Jalan Dr. Soelomo No. 46 Bilal, Telepon (0342) 801043
- Kampus IV : Jalan KH. Wukirad Haryun No. 54 B Kediri, Telepon (0354) 773695

Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: direktorat@poltekkes-malang.ac.id



Nomor : DP.02.01/6.0/ **K/G** /2018 Malang, **07**- Mei 2018
Lampiran : -
Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.
Direktur RSU Mitra Delima
Di Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Karya Tulis Ilmiah, maka bersama ini kami hadapkan mahasiswa Program Studi D-III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang yang bernama:

No.	Nama/NIM	Data yang Diambil
1.	Nuriyanti Ananda P. NIM.1503000061	- Siklus menu - Resep dan teknik pengolahan hidangan sayur - Faktor konversi berat mentah masak (berat bersih hidangan sayur mentah dan masak)

Mohon kiranya mahasiswa tersebut diizinkan untuk melakukan penelitian pada:

Tanggal : 07 – 30 Mei 2018
Waktu : 08.00 – selesai
Tempat : RSU Mitra Delima

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Gizi


Nengah Tanu Komalyana, DCN, SE, M.Kes
NIP. 19650301 198803 1 005

Tembusan disampaikan kepada Yth :

1. Ka. Diklat RSU Mitra Delima
2. Ka. Instalasi Gizi RSU Mitra Delima

Lampiran 2. Standar Resep RSUD Mitra Delima

TUMIS KACANG PANJANG DAN TAOGE PANJANG	
Bahan :	Bumbu halus :
750g Kacang panjang potong potong 250g Taoge panjang 2 Lembar daun salam 2 Lengkuas 1 sdm Garam 1 sdt Merica 1 sdt Gula pasir 500 ml Air 3sdm Minyak goreng	8 siung bawang merah 4 siung bawang putih 2 buah cabai merah
Cara membuat/teknik pengolahan :	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus, lengkuas dan daun salam hingga harum 2. Tambahkan air, masak hingga mendidih 3. Masukkan kacang panjang, masak hingga matang 4. Masukkan toge, garam, gula dan merica. Aduk hingga rata 5. Masak sebentar kemudian angkat 	

BOBOR SAWI	
Bahan :	Bumbu halus :
3 ikat sayur sawi ,potong potong 1liter air 60 ml santan 1 ruas jari lengkuas, memarkan 2 lembar daun jeruk purut 1 sdt gula pasir 1 sdm garam 1 sdt merica bubuk 3 sdm minyak goreng	7 siung bawang merah 3 siung bawang putih 1 ruas jari kencur 4 butir kemiri
Cara membuat/teknik pengolahan :	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus, daun jeruk, dan lengkuas hingga harum 2. Tambahkan air, masak hingga mendidih 3. Masukkan sawi, masak hingga sawi layu 4. Tambahkan santan, gula, merica, dan garam. Aduk rata 5. Masak hingga sawi matang, angkat dan tiriskan 	

LODEH KACANG PANJANG DAN LABU SIAM	
Bahan :	Bumbu halus :
500g kacang panjang potong potong 500g labu siam, kupas dan potong dulu 60ml santan 1liter air 2cm lengkuas, memarkan 2 lembar daun salam 3 sdm minyak goreng 1 sdm garam 1 sdt merica bubuk 1sdt gula pasir	5 siung bawang merah 3 siung bawang putih 2 buah cabai merah
Cara membuat/teknik pengolahan :	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus, lengkuas, daun salam hingga halus 2. Masukkan semua sayur. Aduk hingga rata dan masak hingga setengah matang 3. Tambahkan air, santan, gula, garam, dan merica bubuk. Aduk rata 4. Masak hingga mendidih dan sayuran matang 	

CAH WORTEL+BUNCIS+JAGUNG	
Bahan :	
500 g wortel potong potong 500 g buncis potong potong 100 g jagung pipil 5 siung bawang putih cincang halus 1buah cabai merah, buang biji dan iris tipis 1 sdm garam ½ sdm merica bubuk 500 ml air 3 sdm minyak goreng	
Cara membuat/teknik pengolahan :	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Panaskan minyak goreng. Tumis bawang putih cincang dan cabai merah hingga harum 2. Masukkan wortel, buncis, dan jagung. Aduk rata dan masak sampai setengah matang 3. Tambahkan air, garam, danmerica bubuk. Aduk rata 4. Masak hingga matang lalu tiriskan 	

BOBOR BAYAM	
Bahan :	Bumbu halus :
3 ikat sayur bayam, ambil daunnya 1 liter air 60 ml santan 1 ruas jari lengkuas, memarkan 2 lembar daun jeruk purut 1 sdt gula pasir 1 sdt garam 1 sdt merica bubuk 3 sdm minyak goreng	7 siung bawang merah 3 siung bawang putih 1 ruas jari kencur 4 butir kemiri
Cara membuat/teknik pengolahan :	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus, daun jeruk dan lengkuas hingga harum 2. Tambahkan air, masak hingga mendidih 3. Masukkan bayam, masak hingga layu 4. Tambahkan garam, gula, santan dan merica bubuk. Aduk rata 5. Masak hingga bayam matang. Angkat tiriskan 	

KARE WORTEL DAN LABU SIAM	
Bahan :	Bumbu halus :
500 g wortel potong dadu 500 g labu siam potong dadu 2 lembar daun salam 2 cm lengkuas, memarkan 1 liter air 60 ml santan kental 3 sdt garam 1 sdt merica bubuk 3 sdm minyak goreng	8 siung bawang merah 4 siung bawang putih 3 cm kunyit 2 cm jahe 3 buah cabai merah 5 butir kemiri
Cara membuat/teknik pengolahan :	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus, daun salam dan lengkuas sampai harum 2. Masukan labu siam dan wortel. Aduk dan masak sebentar 3. Tuangkan air dan santan kental, masak hingga sayuran matang dan mendidih 4. Tambahkan garam, gula dan merica bubuk. Aduk rata kemudian angkat 	

CAH SAWI DAN TOGE PANJANG
Bahan :
4 ikat sawi hijau potong potong 250 g toge panjang 5 siung bawang putih cincang halus 1 buah cabai merah, buang biji dan iris tipis 1sdm garam ½ sdmmerica bubuk 500 ml air 1 sdt minyak wijen 3 sdm mimnyak goreng
Cara membuat/teknik pengolahan :
<ol style="list-style-type: none"> 1. Panaskan minyak. Tumis bawang putih cincang dan cabai merah hingga harum 2. Masukkan sawi dan toge.aduk rata dan masak sampai setengah layu 3. Tambahkan air, garam dan merica bubuk. Aduk hingga rata 4. Tambahkan minyak wijen kemudian aduk rata dan masak hingga mendidih. Angkat dan tiriskan

Lampiran 3. Dokumentasi Kegiatan Penelitian



Cah Wortel



Tumis Kacang Panjang



Cah Bayam



Bobor Bayam



Lodeh Kacang Panjang



Cah Sawi



Bobor Sawi



Kare Wortel



Timbangan Bahan Makanan

