

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar Harga Bahan Makanan

A. Bahan Makanan Kering

NO	BAHAN MAKANAN	SATUAN	JUMLAH	HARGA SATUAN (RP)	JUMLAH HARGA (RP)
1	Air Mineral Galon	Galon	850	17.75	15.087.500
2	Air Mineral Gelas	Karton	180	28.75	5.175.000
3	Air Mineral Botol	Karton	105	41	4.305.000
4	Agar – Agar	Sachet	204	4.75	969
5	Biscuit Marie	Bungkus	36	10	360
6	Beras	Kg	2.85	13.5	38.475.000
7	Beras Ketan	Kg	50	25.25	1.262.500
8	Choco Chip	Ons	10	9.5	95
9	Coklat bubuk	Kotak	90	24	2.160.000
10	Coklat Blog	Bungkus	40	22	880
11	Crackers	Bungkus	40	14.25	570
12	Fermipan	Sachet	32	5.5	176
13	Gula Halus DM	Kotak	6	37.5	225
14	Garam Halus	Plastic	360	3	1.080.000
15	Gula Merah	Kg	45	19	855
16	Gula Halus	Kg	110	22.5	2.475.000
17	Gula Pasir	Kg	450	13.25	5.962.500
18	Hunkwe	Bungkus	45	3.6	162
19	Kacang Hijau	Kg	35	25.5	892.5
20	Kacang Kedelai	Kg	2,5	12.5	31.25
21	Kecap Manis	Botol	45	26	1.170.000
22	Makroni	Kg	25	25.5	637.5
23	Margarin	Karton	25	84	2.100.000
24	Mie Kering	Bungkus	18	11	198
25	Minyak Goreng	Plastik	344	30	10.320.000
26	Minyak Kelapa	Plastik	30	36.2	1.086.000
27	Minyak Canola	Botol	20	97.9	1.958.000
28	Pelembut Kue	Kg	8	69	552
29	Pewarna Kue	Botol	24	2.75	66
30	Penyedap Masakan	Sachet	720	850	612
31	Roti Tawar	Plastik	19	14.75	280.25
32	Sagu Mutiara	Bungkus	40	3.6	144
33	Selai	Botol	3	41	123
34	Sukade	Bungkus	50	3.1	155
35	Soda Kue	Ons	5	10	50
36	Susu Rendah Laktosa	Kotak	36	69.5	2.502.000
37	Susu Bubuk Kedelai	Box	9	256.5	2.396.500
38	Susu Skim	Kontak	696	47.25	32.886.000
39	Susu Skim	Kontak	576	36.5	22.176.000
40	Susu Segar	Kotak	72	19.7	1.416.400
41	Susu Strerilisasi	Karton	600	81	48.600.000
42	Susu Tube Feeding	Box	8	249	1.992.00
43	Susu Instan Putih	Kotak	36	55.5	3.078.000
44	Susu Fulcream	Kotak	18	85.5	1.539.000

NO	BAHAN MAKANAN	SATUAN	JUMLAH	HARGA SATUAN (RP)	JUMLAH HARGA (RP)
45	Susu Bubuk Soya	Kotak	648	62	40.176.000
46	Susu Alergi	Kotak	30	73.5	2.205.000
47	Su'un	Plastik	160	6	960
48	Tepung Beras	Kg	160	14.55	2.326.000
50	Tepung Teingu	Kg	360	12	4.320.000
51	Tepung Kanji	Kg	12	13	156
52	Tepung Nugget	Kg	15	30	450
53	Tepung Sagu	Kg	6	24	144
54	Terasi	Sachet	6	10.5	63
55	Teh	Pak	9	12	108
Jumlah A.1.					2.68.149.900
Ppn 10 %					26.614.990
Jumlah A + Ppn 10 %					294.964.890

B. Bahan Makanan Basah

1. Makanan Pokok

NO	BAHAN MAKANAN	SATUAN	JUMLAH	HARGA SATUAN (RP)	JUMLAH HARGA (RP)
1	Ubi Jalar (Putih)	Kg	42	8.2	344.4
2	Singkong	Kg	38	5.5	209
JUMLAH B.1.					553.4

2. Lauk Pauk

NO	BAHAN MAKANAN	SATUAN	JUMLAH	HARGA SATUAN (RP)	JUMLAH HARGA (RP)
1	Daging Ayam	Kg	1.25	43.75	54.6875
2	Daging Sapi	Kg	569	128	72.832.000
3	Ikan Dori	Kg	570	68	38.760.000
4	Ikan Tongkol	Kg	55	72	3.960.000
5	Ikan Mujair	Kg	148	35	5.110.000
6	Telur Ayam Negeri	Kg	1.655	26.25	43.443.750
7	Telur Puyuh	Kg	65	35.5	2.307.500
8	Telir Asin	Butir	600	3.75	2.250.000
9	Tempe	Bungkus	460	21.5	9.890.000
10	Tahu	Biji	9.9	1.1	10.890.000
11	Udang Sedang	Kg	2	77.5	155
12	Udang Kecil	Kg	11,5	72	828
JUMLAH B.2.					245.113.750

3. Sayur-Sayuran

NO	BAHAN MAKANAN	SATUAN	JUMLAH	HARGA SATUAN (RP)	JUMLAH HARGA (RP)
1	Arcis	Kg	10	51.500	515.000
2	Baby Corn	Kg	41	24.750	1.014.750
3	Bayem	Ikat	2.300	2.200	5.060.00
4	Brokoli Hijau	Kg	30	34.750	1.042.500
5	Bronkol	Kg	42,5	30.500	1.269.250
6	Buncis	Kg	70	19.750	1.382.500
7	Daun Slingkong	Ikat	200	3.300	660.000
8	Gambas	Kg	360	10.750	3.870.000
9	Jagung Muda	Kg	160	9.000	1.440.0000
10	Jagung Manis	Kg	186	10.700	1.990.700
11	Jagung Manis Pipil	Kg	16	48.500	776.000
12	Kacang Panjang	Kg	350	10.500	3.675.000
13	Kacang Polong	Kg	4	54.500	218.000
14	Kangkung Cina	Ikat	1.900	2.100	3.990.000
15	Kentang	Kg	800	16.000	12.800.000
16	Kemangi	Ikat	240	2.200	528.000
17	Krai	Kg	44	10.750	473.000
18	Kubis	Kg	60	9.000	540.000
19	Mentimun	Kg	30	12.500	375.000
20	Labu Siam	Kg	464	8.500	3.944.000
21	Labu Kuning	Kg	12	15.500	186.000
22	Sawi Hijau	Ikat	400	3.750	1.500.000
23	Tauge Panjang	Kg	135	15.000	2.025.000
24	Tauge Pendek	Kg	12	35.000	420.000

25	Tauge Kedelai	Kg	22,5	22.500	506.250
26	Terong	Kg	40	9.750	390.000
27	Wortel	Kg	1.126	17.500	19.705.000
Jumlah B. 3.					70.322.450

4. Buah-buahan

NO	BAHAN MAKANAN	SATUAN	JUMLAH	HARGA SATUAN (RP)	JUMLAH HARGA (RP)
1	Apel Manalagi	Kg	180	33	5.940.000
2	Apel Fuji	Kg	12	41.5	498
3	Pier	Kg	12	26.75	321
4	Jeruk Peras	Kg	40	13	520
5	Jeruk Siam	Kg	120	21.5	2.580.000
6	Melon	Kg	200	16.5	3.300.000
7	Papaya	Kg	340	9	3.060.000
8	Pisang Hijau Lumut	Sisir	125	21.5	2.687.500
9	Pisang Ambon Kuning	Sisir	173	35	6.055.000
10	Pisang Nangka	Sisir	8	17	138
11	Pisang Gajih	Sisir	60	25.5	1.530.000
12	Semangka Kuning	Kg	150	9.5	1.425.000
13	Semangka Tanpa Biji	Kg	275	9	2.475.000
14	Tomat Buah	Kg	20	13.25	265
Jumlah B.4					30.792.500

5. Bumbu

NO	BAHAN MAKANAN	SATUAN	JUMLAH	HARGA SATUAN (RP)	JUMLAH HARGA (RP)
1	Asam Tua	Kg	4	34.75	139
2	Bawang Merah	Kg	190	47	5.930.000
3	Bawang Putih	Kg	170	41.5	7.055.000
4	Jahe	Kg	9	29	261
5	Jinten	Ons	5	9	45
6	Kemiri	Kg	85	56	4.760.000
7	Kencur	Kg	2	100	200
8	Ketumbar	Kg	2	28.5	57
9	Kunci	Kg	1	12	12
10	Kunyit	Kg	21	13.5	283.5
11	Laos	Kg	6	12	72
12	Merica	Kg	3	160	480
13	Pala	Ons	1	19.5	19.5
14	Kluwek	Kg	15	19	285
15	Daun Bawang	Kg	8,5	30.5	259.25
16	Daun Jeruk Purut	Ons	10	5.5	55
17	Daun Prei	Kg	38	28.5	1.083.000
18	Daun Salam	Tusuk	16	2	32
19	Daun Seledri	Kg	4	30	120
20	Daun Sereh	Kg	15	16.5	247.5
21	Kelapa Setengah Tua	Butir	80	12	960
22	Kelapa(Santan)	Butir	100	12	1.200.000
23	Lombok Merah	Kg	76	32	2.432.000
24	Lombok Kecll	Kg	20	40	800
25	Lombok Kecil Hijau	Kg	8	33	264
26	Tomat Hijau	Kg	4	12	48
27	Tomat Sayur	Kg	38	8.75	332.5
Jumlah B.5.					30.432.250

6. Perlengkapan Makanan Basah

NO	BAHAN MAKANAN	SATUAN	JUMLAH	HARGA SATUAN (RP)	JUMLAH HARGA (RP)
1	Daun Pisang	lkat	750	2.55	1.912.500
2	Daun Pandan	lkat	4	1.55	6.2
3	Kulit Pangsit	Kg	24	26.25	630
Jumlah B.6.					2.548.700
Jumlah B(1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6)					379.763.050
Jumlah PPN 10 %					37.976.305
Jumlah B + PPN 10 %					417.739.355
Jumlah A + B + PPN 10 %					712.764.245

Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN PASURUAN RUMAH SAKIT UMUM DAERAH BANGIL

Jl. Raya Raci - Bangil, Pasuruan Kode Pos 67153
Telp.(0343) 747789 Faks. (0343) 747789



Bangil, 23 September 2019

Nomor : 445.1/ 2635 /424.202/2019
Lampiran : -
Hal : Persetujuan Praktik Kerja
Lapangan

Kepada
Yth. Ketua Jurusan Gizi
Poltekkes Kemenkes Malang
Jl. Besar Ijen No. 77C
MALANG

Menanggapi Surat Saudara Nomor : DP.02.01/5.0/2143/2019 tanggal 26 Agustus 2019 perihal Permohonan Izin PKL MSPM dan AGK Prodi D-III Gizi maka dapat kami informasikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan dan menyetujui permohonan dimaksud dengan ketentuan:

1. Praktik Kerja Lapangan mahasiswa Program Studi D-III Jurusan Gizi akan dilaksanakan di Instalasi Gizi RSUD Bangil pada tanggal:
 - Gelombang I sebanyak 10 (sepuluh) mahasiswa :
MSPM : 20 Januari – 15 Februari 2020
AGK : 17 Januari – 14 Maret 2020
 - Gelombang II sebanyak 10 (sepuluh) mahasiswa :
MSPM : 16 Maret – 11 April 2020
AGK : 13 April – 9 Mei 2020
2. Biaya Praktik per mahasiswa per hari sebesar Rp 5.000,00 (lima ribu rupiah)
3. Mematuhi ketentuan-ketentuan sebagaimana tertuang dalam Perjanjian Kerja Sama (PKS) yang ada.
4. Untuk informasi lebih lanjut dapat menghubungi Sdr. Didik, Kasi Diklat RSUD Bangil HP. 081331269656.

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerja sama Saudara diucapkan terima kasih.

A.n DIREKTUR RSUD BANGIL
KABUPATEN PASURUAN
Pit. Kepala Bidang Penunjang



Drs. DYAH RETNO LESTARI, M.Kes
Pembina
NIP. 19710404 200604 2 019

Lampiran 3. Siklus Menu Makanan Lunak

Menu I		
PAGI	SIANG	SORE
Bubur Kasar	Bubur Kasar	Bubur Kasar
Telur Bumbu bali	Pepes Ayam	Rawon Daging Sapi
Perkedel Kentang bakar	Tahu Bacem	Tempe Menjeng Kukus
Oseng - Oseng (Wortel (50) + Suun (10))	Sayur Bening (Wortel (50) + jg Manis Pipil (25))	Labu siam (70)
Menu II		
PAGI	SIANG	SORE
Bubur Kasar	Bubur Kasar	Bubur Kasar
Rolade Ikan Kukus	Omelet Telur	Ayam Bumbu Merah
Tahu Bumbu Merah	Tempe Bumbu Kecap	Tahu bulat (B / L)
Cah sayuran (Wortel (40) + Labu Siam (40)	Sup (Gambas (50) + Wortel (30) + Makaroni (5))	Sayur Kare (Kentang (40) + Wortel (40))
Menu III		
PAGI	SIANG	SORE
Bubur Kasar	Bubur Kasar	Bubur Kasar
Soto Daging Sapi	Ikan Saos Asam Manis	Gulai Telur
Sambal Goreng Tempe	Loaf Tahu	Tempe Bumbu Merah
Kentang (30) + Suun (10)	Cah Labu Siam (70)	Sop (Wortel (50) + Macaroni (10))
Menu IV		
PAGI	SIANG	SORE
Bubur Kasar	Bubur Kasar	Bubur Kasar
Ayam Bumbu Kecap	Sate Komo	Botok Ikan
Nugget Tahu Kukus (L)	Dadar Jagung Kukus	Tahu Bumbu Kecap
Sayur Bening (Wortel (40) + Gambas (40)	Sayur Asem(Lb Siam (40) + Wortel (40))	Kare (Kentang (30) + Wortel (30))
Menu V		
PAGI	SIANG	SORE
Bubur Kasar	Bubur Kasar	Bubur Kasar
Telur Mata Sapi	Ayam Bumbu Kuning	Rolade Daging Sapi Kukus
Tempe Bumbu Merah	Pepes Tahu	Tempe Bumbu Kuning
Sayur Sop (Gambas (40) + Wortel (30) + Suun (10)	Kentang (40) + Wortel (40) Kuah Santan	Tumis Wortel (40) + Macaroni (20)

Menu VI		
PAGI	SIANG	SORE
Bubur Kasar	Bubur Kasar	Bubur Kasar
Nugget Ikan Kukus	Rendang Telur	Ayam Bumbu Kecap (B / L)
Perkedel Tahu	Tempe Bumbu Kuning	Dadar Jagung Kukus
Sop Wortel (50) + Suun (10)	Capcay (Wortel (40) + Baby Corn (20)	Sayur Bening (Wortel (40) + Labu Silam (40)
Menu VII		
PAGI	SIANG	SORE
Bubur Kasar	Bubur Kasar	Bubur Kasar
Rawon Daging Sapi	Dori Goreng Tepung Saus Tomat	Telur Dadar Isi Sayuran
Tempe Bumbu Merah	Tahu Bacem	Batok Tempe
Labu Siam (70)	Sayur Asem (Labu Siam (40) + Wortel (40)	Sayur Bening (Gambas (40) +Wortel (40)+ Suun (10)
Menu VIII		
PAGI	SIANG	SORE
Bubur Kasar	Bubur Kasar	Bubur Kasar
Ayam Bumbu Merah	Soto Daging Sapi	Bola - Bola Ikan Saos Asam Manis
Tahu Bulat	Tempe Bumbu Merah	Tahu Semur
Sayur Kare (Kentang (40) + Wortel (40))	Kentang Kukus (30) + Suun (10)	Oseng Wortel (50) + Suun (10)
Menu IX		
PAGI	SIANG	SORE
Bubur Kasar	Bubur Kasar	Bubur Kasar
Telur Bumbu Opor	Rolade Ayam Kukus	Rendang Daging Sapi
Tempe Oreg	Tahu Bali	Tempe Mendoan
Sup Sayuran (Wortel (40) + Kentang (30)	Sayur Bening (Gambas (50) + Wortel (30))	Lodeh (Labu Siam (30) + Terong (30))
Menu X		
PAGI	SIANG	SORE
Bubur Kasar	Bubur Kasar	Bubur Kasar
Dori Goreng Tepung Saos Asam Manis	Omlelet Telur	Soto Ayam
Rolade Tahu	Tempe Bumbu Merah	Bola-bola Tahu
Ca Wortel (40) + Jg Manis Pipil (20)	Sayur Sop (Gambas (40) + Wortel (20) + Kentang (20))	Kentang Kukus (30) + Suun (10)

Lampiran 4. Biaya Bahan Makanan

Hari ke	MAKANAN				Total
	POKOK	HEWANI	NABATI	SAYURAN	
1	3341.25	3423.41	3423.41	3794.31	13982.4
2	3341.25	7795.91	1744.05	4802.8	17684
3	3341.25	10944.2	1661.83	3157.36	19104.6
4	3341.25	6535.77	1912.33	4275.12	16064.5
5	3341.25	7727.77	1701.98	5120.58	17891.6
6	3341.25	1727.55	1727.55	3642.46	10438.8
7	3341.25	10436.2	1631.85	3773.97	19183.3
8	3341.25	13022.6	1783.65	2391.13	20538.7
9	3341.25	9957.96	1944.8	3603.39	18847.4
10	3341.25	8306.07	1934.32	3534.91	17116.6
Rata-rata	3341.25	7987.75	1946.58	3809.6	17085.2
Rata-rata/kali makan					5695.06

Lampiran 5. Nilai Energi dan Zat Gizi

Hari Ke	Zat Gizi standar				Zat gizi yang terbuang				Presentase			
	Energi	Protein	Lemak	Karbohidrat	Energi	Protein	Lemak	Karbohidrat	Energi	Protein	Lemak	Karbohidrat
1	1365,9	57,9	33,4	220,9	387,63	12,83	6,35	62,07	28,38	22,17	19,02	28,10
2	1390,4	62,1	37,8	214	531,76	21,12	13,61	83,95	38,25	34,01	36,01	39,23
3	1362	62,7	29,8	154,6	740,50	46,30	16,12	302,42	54,37	73,84	54,09	195,61
4	1389,1	62,9	31,1	211,8	784,70	26,15	12,49	89,15	56,49	41,58	40,17	42,09
5	1623,5	68,2	43,1	239,5	373,96	25,59	83,48	26,25	23,03	37,53	193,68	10,96
6	1296,7	58,5	23,3	226,5	529,62	52,03	7,71	84,49	40,84	88,94	33,07	37,30
7	1347,7	62,5	24,4	217,9	466,47	19,58	7,20	78,69	34,61	31,33	29,49	36,11
8	1463	68,9	27,1	231,7	573,19	16,88	8,75	87,41	39,18	24,50	32,30	37,73
9	1464	138,5	42	218,4	541,55	23,67	15,56	82,64	36,99	17,09	37,04	37,84
10	1444,8	60,7	35,1	219,9	463,42	18,98	9,87	74,41	32,08	31,27	28,13	33,84
Rata-rata	1414,71	70,29	32,71	215,52	539,28	26,32	18,11	97,15	38,42	40,23	50,30	49,88

Lampiran 6. Sisa Makanan

Rata-rata Sisa Makanan Pasien (10 Hari, 30 Kali Makan)

Hari ke-	Makanan Pokok			Lauk Hewani			Lauk Nabati			Sayur		
	Standar Porsi	Sisa Makanan (%)	Sisa Makanan (g)	Standar Porsi	Sisa Makanan (%)	Sisa Makanan (g)	Standar Porsi	Sisa Makanan (%)	Sisa Makanan (g)	Standar Porsi	Sisa Makanan (%)	Sisa Makanan (g)
1	900	30,89	278	133,5	39,84	53,19	130	42,86	55,718	205	48,33	99,0765
2	900	38,94	350,5	143,5	43	61,71	140	45,11	63,154	265	47,61	126,1665
3	900	57,22	515	140	48,31	67,63	130	63,7	82,81	170	57,11	97,087
4	900	39,72	357,5	133,5	35,88	47,90	150	60,76	91,14	180	60,87	109,566
5	900	37,78	340	133,5	30,37	40,54	130	63,83	82,979	190	53,06	100,814
6	900	38,17	342,5	143,5	47,34	67,93	140	46,74	65,436	200	56,22	112,44
7	900	35,56	320	130	33,29	43,28	130	42,64	55,432	200	47,31	94,62
8	900	37,72	339,5	133,5	49,7	66,35	140	42,89	60,046	185	43,56	80,586
9	900	34,22	308	140	41,61	58,25	180	47,44	85,392	210	48,77	102,417
10	900	34	306	133,5	33	44,06	140	47,06	65,884	140	35,98	50,372
Rata-rata	900	38,42	345,7	136,45	40,23	55,08	141	50,30	70,80	194,5	49,88	97,31

Lampiran 7. Biaya Bahan Makanan yang Terbuang

Hari ke-	POKOK	HEWANI	NABATI	SAYUR	Biaya Yang terbuang/kali makan	Biaya makanan yang terbuang/hari
1	1032,079	418,4092	1017,506	1682,131	1383,374996	4150,124989
2	1301,231	2572,651	699,5578	2046,527	2206,655674	6619,967023
3	1911,937	4280,394	972,1676	1582,186	2915,561793	8746,685379
4	1327,219	2327,46	1051,782	2379,819	2362,093261	7086,279783
5	1262,25	1816,026	902,0494	2460,723	2147,016273	6441,048818
6	1275,244	480,8347	710,215	1865,75	1444,014649	4332,043946
7	1188	2429,316	611,0371	1589,261	1939,204666	5817,613998
8	1260,394	3776,563	667,8778	921,9116	2208,915255	6626,745764
9	1251,112	3839,347	825,4587	1479,392	2465,10341	7395,310229
10	1136,025	1910,396	813,4891	1060,473	1640,127736	4920,383208
Jumlah					20712,06771	62136,20314
Rata-rata					2071,206771	6213,620314

Lampiran 8. Nilai Energi dan Zat Gizi yang Terbuang

Energi

No.	Energi (Kkal)									
	Hari ke-									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	149.965	444.105	669.4833	928.6833	0	557.6583	616.9633	968.3733	888.4033	311.05
2	578.75	125.9167	647.4317	850.7317	286.6	690.45	598.6833	427.6733	469.675	620.9267
3	444.25	305.5667	639.5767	1150.237	233.8833	868.135	383.715	437.3667	990.485	624.525
4	21.1	712.0417	785.7933	755.0417	278.2333	298.15	581.81	792.6083	640.0183	470.8
5	61.725	196.78	801.3083	453.8167	460.6883	307.375	750.2367	747.9567	304.5083	761.9917
6	292.7583	597.705	838.235	963.0167	361.2117	449.1583	397.7733	458.2083	1035.317	643.7317
7	590.65	986.4	750.0133	976.7317	377.6833	422.5417	668.015	71.625	61.20667	448.9417
8	564.675	481.5333	545.65	656.5083	610.035	120.2333	436.6933	421.53	526.4917	571.8
9	262.825	432.2833	977.1433	775.825	485.25	559.925	148.95	451.7417	462.8667	415.4083
10	602.8083	757.8367	1014.178	929.3667	220.1333	378.675	716.275	1048.598	501.9917	262.7
11	204.6333	855.6	697.6533	408.0667	75.06	512.1833	444.5133	517.55	535.967	255.325
12	669.4167	639.0583	654.8867	1158.182	404.0417	775.3083	939.85	619.3483	991.7593	603.9767
13	164.0417	170.3833	178.0083	824.7283	449.9933	873.1533	627.4167	584.9917	955.385	323
14	654.3317	628.8967	587.3317	789.375	549.4667	724.59	261.7583	587.9	660.111	385.145
15	625.2983	850.4883	810.5083	805.2083	476.125	443.7333	571.4567	630.0583	316.6583	133.2833
16	145.9	245.4417	935.0433	977.965	420.4083	16.66667	519.4017	801.8167	379.5783	270.275
17	475.3333	373.11	792.325	815.82	21.36667	528.4417	473.79	232.65	617.3577	307.4167
18	711.0067	296.3417	711.0567	761.375	375.43	514.0333	152.375	599.9333	385.46	569.175
19	706.4817	612.925	349.9	1001.352	152.32	636.6217	0	510.69	618.3017	642.6733
20	362.15	206.6833	544.825	804.2317	271.1083	569.2583	252.9083	962.3583	562.2717	405.2
21	474.805	673.6167	565.9367	906.075	342.45	1188.087	695.9667	597.2667	135.35	305.425
22	198.65	268.7633	1101.683	458.9167	366.0867	368.2	212.0167	712.8683	190.0883	391.5
23	331.9233	548.7167	878.8417	429.5333	419.7833	265.5917	337.34	537.3167	308.4593	634.0167
24	276.9083	686.9733	598.1667	425.575	419.51	586.8833	277.375	522.6417	764.3933	825.3167
25	488.3667	602.035	626.5867	663.2983	523.8267	639.5	306.8917	405.7167	561.485	418.925
26	252.2817	172.6917	25302.5	771.075	410.135	337.3667	382.7833	734.34	325.4383	469.545
27	494.3233	622.5983	916.205	732.3117	699.7633	820.9167	659.4333	262.775	517.605	411.0917
28	99.325	681.665	954.7817	673.5733	431.8767	644.4667	579.0583	455.515	476.1433	456.65
29	400.6317	1111.397	848.855	939.295	716.5783	677.3367	329.4333	860.5833	445.54	423.4083
30	323.45	665.2483	854.015	754.935	379.7033	114.0833	671.265	233.7	618.3017	539.4917
Jumlah	11628.77	15952.8	46577.92	23540.85	11218.75	15888.72	13994.15	17195.7	16246.62	13902.72
Rata-rata	387.6255	531.7601	1552.597	784.695	373.9584	529.6241	466.4716	573.19	541.5539	463.4238
Rata-rata total	620.49									

Protein

No.	Protein (g)									
	Hari ke-									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2.81	17.27167	29.83333	27.625	21.11667	54.3	29.35167	39.39333	32.83667	22.23
2	26.35	9.616667	29.49167	25.31833	12.975	48.88333	23.51667	15.29	22.61667	22.655
3	18.4	22.1	34.83667	32.485	19.29167	101.925	27.07	7.9	49.56833	24.475
4	0.4	31.09167	36.13333	26.15833	31.85667	33.21833	25.32833	21.395	25.84	21.57
5	3.525	9.571667	32.53333	16.54167	25.45667	52.93333	23.21667	20.77333	15.345	28.15833
6	7.333333	25.50333	43.32	23.74167	26.7	35.34333	15.54167	8.183333	48.13333	26.08333
7	21.8	38.60833	43.33333	37.21333	38.42833	48.66667	24.625	1.208333	3.693333	21.96333
8	20.65	13.91667	28.85	18.025	32.79167	9.691667	22.78833	11.65833	27.43333	20.66667
9	15.75	16.5	34.46833	23.46667	12.68333	58.35167	2.866667	19.78333	12.31667	15.625
10	23.63333	24.47167	37.09833	36.93833	2.17	23.225	47.48	31.87667	19.52333	7.208333
11	5.383333	34.16667	25.56833	9.65	27.38333	60.91667	18.81167	16.96833	19.56133	11.50833
12	15.56667	27.49167	24.60167	47.18167	28.05333	92.66667	40.225	11.11	44.74067	26.595
13	6.216667	11.95	11.93333	23.655	34.76667	89.74833	25.205	18.06667	37.61833	12.75833
14	23.10167	27.68833	24.66667	22.275	30.59167	49.67333	7.566667	14.61667	28.44067	17.69667
15	24.03333	36.69667	22.56833	23.10833	29.46667	55.98333	21.30833	11.16667	13.38333	9.87
16	2.7	16.875	18.70333	46.49833	1.025	0.175	25.715	27.575	12.13667	8.95
17	10.38333	7.776667	36.425	37.53833	26.26	70.35833	8.866667	7.883333	28.55567	10.775
18	21.41667	14.125	34.11667	26.49167	12.04	73.27333	6.883333	12.50833	24.45167	24.63333
19	22.36667	24.26667	17.85	19.69667	15.73333	72.01	0	20.23167	32.97333	25.49167
20	17.6	6.266667	27.575	25.4	23.84167	40.51667	11.725	28.64333	25.23167	15.4
21	8.81	17.25	14.40167	23.425	22.55667	121.575	21.98333	14.81	2.5	19.28333
22	3.7	12.13667	44.18333	19.08333	28.11667	35.99167	9.033333	27.33167	8.636667	13.52333
23	10.11833	15.03333	34.53167	16.27167	25.67	36.55167	6.796667	17.40333	14.334	21.35833
24	9.108333	24.51667	27.16667	16.06333	31.97833	39.36667	15.39167	16.53333	31.14833	24.58833
25	23.06667	23.76	28.78667	9.383333	26.08667	85.66667	11.01667	11.15	28.15667	19.83833
26	5.501667	10.3	496.8333	25.85833	47.84333	5.7	14.55	18.93333	11.13667	20.32167
27	10.74333	22.93333	44.965	35.455	29.45333	43.98167	34.79167	6.541667	18.45333	14.45833
28	1.85	28.2	30.21667	34.07333	48.245	37.23333	25.96667	14.95833	20.17333	31.05833
29	16.72667	36.435	40.575	18.28	26.465	30.84167	8.816667	22.555	18.32667	13.41667
30	6	27.05	33.445	37.685	28.78333	52.14333	31	9.991667	32.97333	17.30833
Jumlah	385.045	633.57	1389.012	784.5867	767.83	1560.912	587.4384	506.44	710.239	569.4683
Rata-rata	12.834833	21.119	46.30039	26.15289	25.59433	52.03039	19.58128	16.88133	23.67463	18.98228
Rata-rata Total	26.32									

Lemak

No.	Lemak (g)									
	Hari ke-									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2.205	11.355	14.71667	11.95833	40.56667	13.29167	11.91333	23.86167	18.37667	15.475
2	14.95	7.783333	13.74167	11.21667	126.6867	8.433333	8.433333	5.865	15.64167	11.86833
3	8.566667	20.2	18.04	12.81667	101.175	15.26333	12.055	3.633333	34.53833	13.925
4	0.533333	21.125	17.18	12.65	109.675	2.431667	9.52	13.60333	17.095	13.6
5	1.908333	8.38	15.09167	9.533333	16.52167	6.125	6.416667	9.165	10.335	12.85833
6	2.433333	16.285	22.77167	9.083333	119.1867	2.765	5.633333	3.625	30.73333	12.70833
7	11.38333	24.3	23.66333	17.84	191.8883	10.425	7.975	1.533333	3.213333	11.03333
8	10.025	6.266667	14.65	8.623333	107.3533	5.358333	9.313333	3.441667	19.25833	11.125
9	11.025	9.683333	15.25	10.79167	35.93333	7.748333	0.35	8.741667	4.366667	7.541667
10	13.50833	13.76333	17.055	18.17333	30.52	2.991667	21.415	15.77667	13.32833	1.9
11	2.233333	22.4	10.46667	5.333333	91.58333	9.033333	7.013333	9.035	11.63233	6.55
12	4.7	17.14167	10.3	22.50167	80.35333	15.905	15.1	4.626667	30.65867	16.18833
13	3.025	8.266667	7.025	10.61	152.6533	15.53	9.096667	9.091667	23.93833	6.675
14	10.82167	20.18	10.34167	9.775	33.74167	8.483333	1.958333	5.15	18.78367	8.06
15	12.80833	26.21167	8.158333	9.975	89.76167	6.333333	7.316667	5.308333	7.608333	5.691667
16	0.516667	13.60833	2.823333	24.40833	74.65	0.041667	10.34167	14.8	6.901667	3.875
17	2.733333	3.113333	18.29167	20.15167	60.25833	7.406667	0.95	5.141667	19.90367	6.633333
18	7.908333	11.375	17.01667	12.73	6.28	8.775	2.475	6.566667	18.64667	12.525
19	11.225	15.79167	9.666667	5.385	68.275	12.00333	0	10.64833	24.07833	13.36667
20	11.95	3.05	14.50833	11.04167	76.15833	12.275	4.408333	14.51	17.01167	7.5
21	2.805	6.333333	3.483333	9.441667	90.08833	16.695	6.166667	5.176667	0.25	10.75
22	1.85	8.126667	19.15	11.13333	117.47	2.658333	3.116667	13.945	6.551667	5.5
23	4.213333	6.35	15.805	9.69	93.945	4.923333	0.99	8.958333	9.972	7.958333
24	4.408333	13.16667	12.46667	9.64	79.945	3.116667	6.825	11.70833	18.35333	7.133333
25	12.43333	16.655	14.46333	2.365	73.62833	15.36667	3.441667	4.766667	20.46167	13.05
26	3.321667	7.375	69.01333	12.615	117.3783	0.666667	5.033333	8.783333	6.801667	10.86
27	3.213333	15.40833	21.71167	19.82667	64.145	3.525	14.78333	3.883333	10.66833	6.883333
28	0.925	18.875	11.85833	19.36833	105.4217	5.266667	9.558333	11.19667	12.55333	20.425
29	11.105	18.91333	19.69167	5.185	75.18833	4.808333	2.083333	14.99333	10.94667	6.141667
30	1.833333	16.825	15.15833	20.925	73.88333	3.54	12.175	5.091667	24.07833	8.408333
Jumlah	190.56832	408.3083	483.56	374.7883	2504.315	231.1867	215.8583	262.6283	466.687	296.21
Rata-rata	6.3522774	13.61028	16.11867	12.49294	83.47717	7.706222	7.195278	8.754278	15.55623	9.873666
Rata-rata Total	18.11									

Karbohidrat

No.	Karbohidrat (g)									
	Hari ke-									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	16.85	70.535	107.8	121.8583	14.5	64.68333	95.68167	94.66667	149.25	23.38333
2	77.05	7.3	105.5617	107.3417	21.13333	107.6167	104.0417	63.80333	65.875	104.8533
3	72.4	16.98333	90.15833	167.4867	15.56667	129.985	40.55667	86.96667	132.515	98.23333
4	0.5	104.5083	125.935	80.54167	25.15167	54.53167	96.43667	118.1583	106.51	64.00833
5	5.075	23.685	134.4	15.01667	17.775	34.21667	146.2183	124.52	39.205	131.6
6	59.65	90.765	121.2267	132.3167	17.38333	73.89	69.82	91.36667	143.775	106.195
7	96.7	157.875	100.57	124.1617	49.575	58.45	120.8117	11.05833	7.79	67.30833
8	88.55	91.65	79.95	72.08833	29.13333	4.441667	63.7	76.79833	66.725	94.80833
9	22.45	71.23333	173.78	91.85	23.5	92.09833	33.01667	51.1	90.25	70.74167
10	86.1	135.105	177.1333	111.8167	15.6	67.375	80.73	159.47	87.78	53.90833
11	33.85	134	125.2767	13.96667	24.475	78.01667	75.235	72.30833	93.267	37.56667
12	127.05	97.175	117.4767	164.3067	31.8	115.9067	155.0917	124.5033	149.831	86.74833
13	22	14.775	20.2	102.1783	42.13333	140.795	108.845	86.88333	159.765	52.46667
14	105.175	89.59333	101.9367	91	35.225	118.4667	52.325	108.7167	102.686	61.73333
15	97.27	123.68	157.7	95.23333	22.225	75.35	102.42	124.35	46.4	12.5
16	30.05	18.9	199.2667	129.22	3.25	0.891667	78.47833	105.5417	72.2	49.04167
17	93.45	77.32167	125.35	94.045	20.96667	82.12833	104.5367	27.93333	91.596	49.76667
18	129.72	37.98333	112.3867	82.235	4.8	69.83	25.53333	109.6417	36.84	89.35833
19	120.97	96.70833	49.21667	134.7067	27.15833	84.77667	0	58.46167	78.41	104.4117
20	38.1	38.46667	79.95	85.38667	16.38333	85.36667	40.475	146.7167	84.585	68.28333
21	88.37	134.725	116.0767	118.05	28.18333	208.0017	133.825	110.8167	29.8	35.54167
22	31.3	38.765	191.775	18.61667	28.31667	69.80833	35.4	86.545	30.48	71.675
23	53.775	106.7333	151.165	15.23333	30.8	40.515	75.36167	77.24	45.451	118.1417
24	39.175	118.72	99.53333	14.175	43.73333	104.0667	37.275	63.45	118.96	165.525
25	72.5	93.205	97.92333	67.83333	33.75833	85.33333	56.73333	68.41667	77.56	56.89167
26	33.775	18.58333	5506.29	90.58	39.6	63.16667	67.51667	125.6033	60.28	72.44167
27	93.9	101.1533	143.7817	74.91167	24.23333	161.705	93.4	42.64167	90.93	72.28333
28	15.65	104.02	179.595	62.84833	43.61833	116.1833	94.03333	50.81833	72.985	40.03333
29	49.9	199.59	134.5233	120.67	21.61667	132.485	67.225	128.8983	69.09	76.43333
30	60.85	104.6367	146.57	74.89	36	14.59	105.97	24.94167	78.41	96.3
Jumlah	1862.155	2518.375	9072.509	2674.565	787.595	2534.672	2360.693	2622.337	2479.201	2232.183
Rata-rata	62.07183	83.94583	302.417	89.15217	26.25317	84.48906	78.68978	87.41122	82.64003	74.40611
Rata-rata Total	97.14761641									

Lampiran 9. Dokumentasi



Siklus Menu ke IX
Menu Siang



Siklus Menu ke I
Menu Pagi



Siklus Menu ke-IX
Menu Pagi