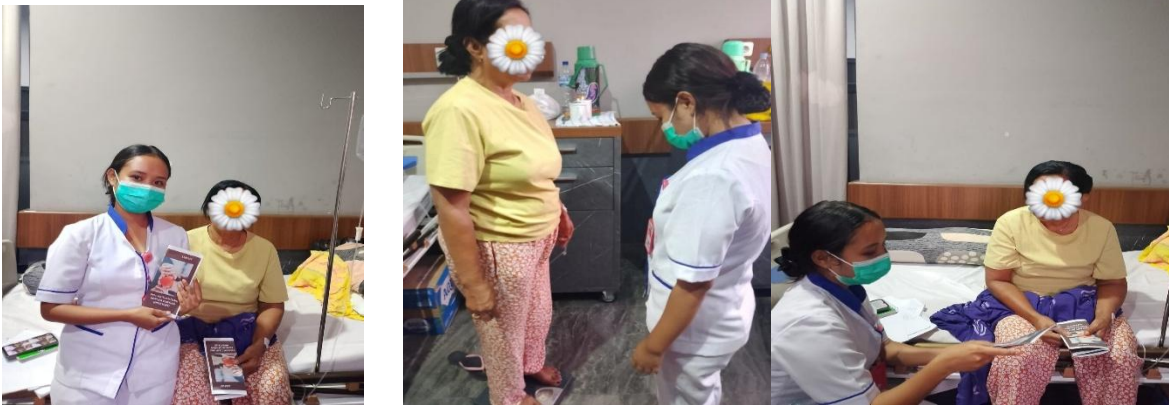


LAMPIRAN

1. Pasien Ny S.T



Recal SMRS

NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN												
			ENERGI	PROTEIN	LEMAK	KH	SERAT	ABU	KALSIUM	FOSFOR	BESI	NATRIUM	KALIUM	TEMBAGA	SENG
			(Kal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)
KEBUTUHAN KLIEN			350												
TOTAL KANDUNGAN			942.20	35.00	15.68	164.60	13.95	6.23	520.20	914.40	8.56	813.40	891.85	0.83	3.58
% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)			269.2%												
1	Beras giling, mentah	50	178.50	4.20	0.85	38.55	0.10	0.40	73.50	40.50	0.90	13.50	35.50	0.05	0.25
2	Ikan tongkol, segar	50	50.00	6.85	0.75	4.00	0.00	1.05	46.00	303.00	0.85	101.00	113.50	0.10	0.80
3	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
4	Sawi, segar	50	14.00	1.15	0.15	2.00	1.25	0.60	110.00	19.00	1.45	11.00	218.25	0.05	0.10
5	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
6	Beras giling, mentah	50	178.50	4.20	0.85	38.55	0.10	0.40	73.50	40.50	0.90	13.50	35.50	0.05	0.25
7	Ikan tongkol, segar	60	60.00	8.22	0.90	4.80	0.00	1.26	55.20	363.60	1.02	121.20	136.20	0.12	0.96
8	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
9	Sawi, segar	60	16.80	1.38	0.18	2.40	1.50	0.72	132.00	22.80	1.74	13.20	261.90	0.06	0.12
10	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
11	Pisang ambon, segar	100	108.00	1.00	0.80	24.30	1.90	1.00	20.00	30.00	0.20	10.00	0.00	0.20	0.20
12	Roti putih	100	248.00	8.00	1.20	50.00	9.10	0.80	10.00	95.00	1.50	530.00	91.00	0.20	0.90

Recall hari pertama.

NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN												
			ENERGI	PROTEIN	LEMAK	KH	SERAT	ABU	KALSIUM	FOSFOR	BESI	NATRIUM	KALSIUM	TEMBAGA	SENG
			(Kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)
			KEBUTUHAN KLIEN												
			TOTAL KANDUNGAN												
		350	1,701.36	65.57	49.75	250.85	6.07	6.40	738.10	979.15	13.88	328.10	978.30	1.24	4.82
	% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)		486.1%												
1	Beras giling, mentah	75	261.75	6.30	1.26	57.83	0.15	0.60	110.25	68.75	1.35	20.25	53.25	0.08	0.36
2	Jagung muda, kuning, mentah	10	14.70	0.51	0.07	3.15	0.13	0.09	0.60	12.20	0.11	0.50	3.36	0.01	0.09
3	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01	0.03
4	Ayam, daging, segar	35	104.30	6.37	8.75	0.00	0.00	0.32	4.90	70.00	0.53	38.15	135.07	0.04	0.21
5	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
6	Tempe kedelai murni, mentah	40	80.40	8.32	3.52	5.40	0.56	0.64	62.00	130.40	1.60	3.60	93.60	0.24	0.68
7	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
8	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.10	0.50
9	Ayam, daging, segar	40	119.20	7.28	10.00	0.00	0.00	0.36	5.60	80.00	0.60	43.60	154.36	0.04	0.24
10	Daun kol sawi, segar	20	4.40	0.42	0.10	0.72	0.18	0.14	40.00	18.40	0.64	3.80	77.24	0.02	0.04
11	Ale toge, segar	20	7.40	0.88	0.10	0.76	0.34	0.14	10.00	49.60	0.40	0.40	21.00	0.04	0.08
12	Telur ayam ras, segar	50	77.00	6.20	5.40	0.35	0.00	0.40	43.00	129.00	1.50	71.00	59.25	0.10	0.50
13	Kentang, segar	10	6.20	0.21	0.02	1.35	0.05	0.08	6.30	5.80	0.07	0.70	39.60	0.04	0.03
14	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
15	Pisang ambon, segar	75	81.00	0.75	0.60	18.23	1.43	0.75	15.00	22.50	0.15	7.50	0.00	0.15	0.15
16	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.10	0.50
17	Telur ayam ras, segar	50	77.00	6.20	5.40	0.35	0.00	0.40	43.00	129.00	1.50	71.00	59.25	0.10	0.50
18	Tomat merah, segar	10	2.40	0.13	0.05	0.47	0.15	0.06	0.80	7.70	0.06	1.00	16.49	0.01	0.02
19	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
20	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08	0.32
21	Tempe terigu	35	16.65	0.45	0.05	3.86	0.02	0.05	1.10	7.50	0.07	0.10	0.00	0.00	0.14
22	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
23	Labu siam, segar	40	12.00	0.24	0.04	2.68	2.48	0.12	5.60	10.00	0.20	1.20	66.84	0.08	0.40
24	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01	0.02
25	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Recall hari kedua

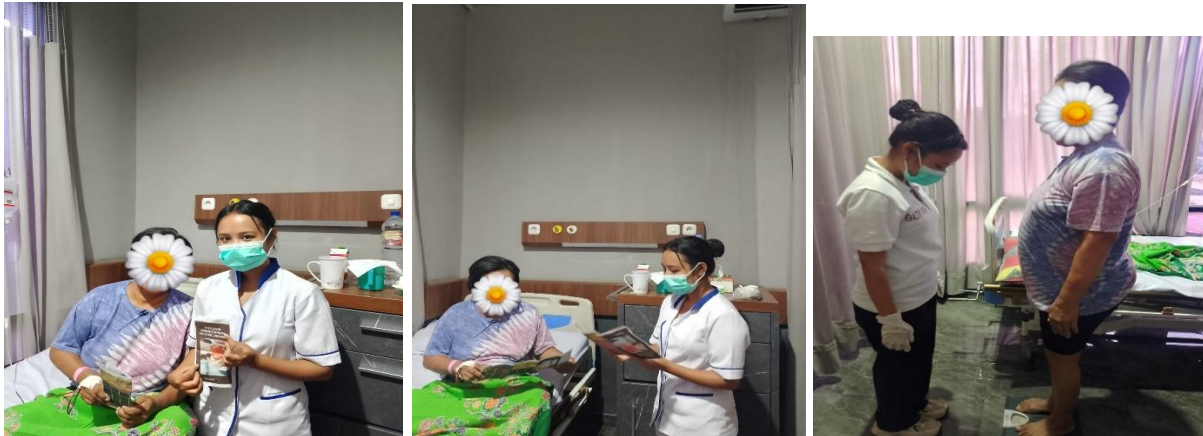
NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN												
			ENERGI (Kcal)	PROTEIN (g)	LEMAK (g)	KH (g)	SERAT (g)	ABU (g)	KALSIUM (mg)	FOSFOR (mg)	BESI (mg)	NATRIUM (mg)	KALSIUM (mg)	TEMBAGA (mg)	SENG (mg)
KEBUTUHAN KLIEN			350												
TOTAL KANDUNGAN			1.748.37	74.32	51.09	250.75	4.87	7.87	869.45	1,247.05	16.50	422.40	1,141.71	1.27	6.86
% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)			499.5%												
1	Beras giling, mentah	75	267.75	6.30	1.28	57.83	0.15	0.60	110.25	60.75	1.35	20.25	53.25	0.08	0.36
2	Sapi, daging, kurus, segar	35	60.90	6.86	3.50	0.00	0.00	0.49	3.85	63.35	1.02	29.05	171.15	0.04	1.72
3	Telur ayam ras, segar	10	15.40	1.24	1.08	0.07	0.00	0.08	8.60	25.80	0.30	14.20	11.85	0.02	0.10
4	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
5	Tempe kedelai murni, mentah	35	70.35	7.26	3.08	4.73	0.49	0.56	54.25	114.10	1.40	3.15	81.90	0.21	0.60
6	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7	Sawi, segar	30	8.40	0.69	0.09	1.20	0.75	0.36	66.00	11.40	0.87	6.60	130.95	0.03	0.06
8	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01	0.03
9	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
10	Telur ayam ras, segar	50	77.00	6.20	5.40	0.35	0.00	0.40	43.00	129.00	1.50	71.00	59.25	0.10	0.50
11	Beras giling, mentah	75	267.75	6.30	1.28	57.83	0.15	0.60	110.25	60.75	1.35	20.25	53.25	0.08	0.36
12	Ikan tongkol, segar	40	40.00	5.48	0.60	3.20	0.00	0.84	36.80	242.40	0.68	80.80	90.80	0.08	0.64
13	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08	0.32
14	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
15	Bihun, mentah	30	104.40	1.41	0.03	24.63	0.36	0.06	1.80	10.50	0.54	3.60	1.50	0.03	0.21
16	Buncis, segar	15	5.10	0.36	0.05	1.08	0.29	0.08	15.15	6.30	0.11	1.20	37.50	0.02	0.05
17	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01	0.02
18	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
19	Pisang ambon, segar	75	81.00	0.75	0.60	18.23	1.43	0.75	15.00	22.50	0.15	7.50	0.00	0.15	0.15
20	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.10	0.50
21	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08	0.32
22	Telur ayam ras, segar	10	15.40	1.24	1.08	0.07	0.00	0.08	8.60	25.80	0.30	14.20	11.85	0.02	0.10
23	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
24	Telur ayam ras, segar	40	61.60	4.96	4.32	0.28	0.00	0.32	34.40	103.20	1.20	56.80	47.40	0.08	0.40
25	Tomat merah, segar	10	2.40	0.13	0.05	0.47	0.15	0.06	0.80	7.70	0.06	1.00	16.49	0.01	0.02
26	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
27	Ketimun, segar	30	2.40	0.06	0.06	0.42	0.09	0.09	8.70	28.50	0.24	0.60	17.13	0.00	0.03
28	Kacang panjang, segar	20	6.20	0.46	0.02	1.06	0.54	0.10	12.00	12.80	0.12	6.00	42.60	0.02	0.10
29	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01	0.02
30	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
31	Ayam, daging, segar	40	119.20	7.28	10.00	0.00	0.00	0.36	5.60	80.00	0.60	43.60	154.36	0.04	0.24
32	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Recall hari ketiga

NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN												
			ENERGI (Kcal)	PROTEIN (g)	LEMAK (g)	KH (g)	SERAT (g)	ABU (g)	KALSIUM (mg)	FOSFOR (mg)	BESI (mg)	NATRIUM (mg)	KALSIUM (mg)	TEMBAGA (mg)	SENG (mg)
KEBUTUHAN KLIEN			350												
TOTAL KANDUNGAN			1,705.40	73.80	47.09	250.55	2.47	7.76	1,005.10	1,264.00	17.48	435.00	1,023.08	1.19	5.54
% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)			487.3%												
	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.10	0.50
2	Ayam, daging, segar	40	119.20	7.28	10.00	0.00	0.00	0.36	5.60	80.00	0.60	43.60	154.36	0.04	0.24
3	Kentang, segar	30	18.60	0.63	0.06	4.05	0.15	0.24	18.90	17.40	0.21	2.10	118.80	0.12	0.09
4	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01	0.03
5	Telur ayam ras, segar	50	77.00	6.20	5.40	0.35	0.00	0.40	43.00	129.00	1.50	71.00	59.25	0.10	0.50
6	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08	0.32
7	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
8	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.10	0.50
9	Ikan tongkol, segar	40	40.00	5.48	0.60	3.20	0.00	0.84	36.80	242.40	0.68	80.80	90.80	0.08	0.64
10	Tahu, mentah	50	40.00	5.45	2.35	0.40	0.05	0.70	111.50	91.50	1.70	1.00	25.30	0.10	0.40
11	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
12	Telur ayam ras, segar	50	77.00	6.20	5.40	0.35	0.00	0.40	43.00	129.00	1.50	71.00	59.25	0.10	0.50
13	Buncis, segar	40	13.60	0.96	0.12	2.88	0.76	0.20	40.40	16.80	0.28	3.20	100.00	0.04	0.12
14	Jagung muda, kuning, mentah	10	14.70	0.51	0.07	3.15	0.13	0.09	0.60	12.20	0.11	0.50	3.36	0.01	0.09
15	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01	0.03
16	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
17	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.10	0.50
18	Telur burung puyuh, segar	50	58.00	5.35	3.50	0.80	0.00	0.45	32.50	95.50	1.75	55.50	5.50	0.05	0.60
19	Tahu, mentah	50	40.00	5.45	2.35	0.40	0.05	0.70	111.50	91.50	1.70	1.00	25.30	0.10	0.40
20	Tomat merah, segar	10	2.40	0.13	0.05	0.47	0.15	0.06	0.80	7.70	0.06	1.00	16.49	0.01	0.02
21	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
22	Sawi putih / pecal, segar	30	2.70	0.30	0.03	0.51	0.24	0.18	16.80	12.60	0.33	1.50	57.93	0.03	0.03
23	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01	0.03
24	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00



2. Lampiran Ny. J.D.S



Recall SMRS

NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN												
			ENERGI (Kal)	PROTEIN (g)	LEMAK (g)	KH (g)	SERAT (g)	ABU (g)	KALSIUM (mg)	FOSFOR (mg)	BESI (mg)	NATRIUM (mg)	KALSIUM (mg)	TEMBAGA (mg)	SENG (mg)
KEBUTUHAN KLIEN			350												
TOTAL KANDUNGAN			858.73	39.28	27.94	119.15	4.88	4.16	597.00	517.80	10.08	164.20	875.60	0.94	2.78
% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)			245.4%												
1	Roti Aoka Panggang	40	147.37	3.16	6.32	21.05	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	
2	Beras giling, mentah	50	178.50	4.20	0.85	38.55	0.10	0.40	73.50	40.50	0.90	13.50	35.50	0.05	
3	Tempe kedelai murni, mentah	60	120.60	12.48	5.28	8.10	0.84	0.96	93.00	195.60	2.40	5.40	140.40	0.36	
4	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
5	Sawi, segar	60	16.80	1.38	0.18	2.40	1.50	0.72	132.00	22.80	1.74	13.20	261.90	0.06	
6	Beras giling, mentah	50	178.50	4.20	0.85	38.55	0.10	0.40	73.50	40.50	0.90	13.50	35.50	0.05	
7	Tempe kedelai murni, mentah	60	120.60	12.48	5.28	8.10	0.84	0.96	93.00	195.60	2.40	5.40	140.40	0.36	
8	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
9	Sawi, segar	60	16.80	1.38	0.18	2.40	1.50	0.72	132.00	22.80	1.74	13.20	261.90	0.06	
10	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	

Recall Hari Pertama.

NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN											
			ENERGI (Kal)	PROTEIN (g)	LEMAK (g)	KH (g)	SERAT (g)	ABU (g)	KALSIUM (mg)	FOSFOR (mg)	BESI (mg)	NATRIUM (mg)	KALSIUM (mg)	SENG (mg)
KEBUTUHAN KLIEN			350											
TOTAL KANDUNGAN			1,682.69	71.13	39.53	265.35	3.45	7.30	864.75	1,173.50	15.32	358.65	1,088.10	5.58
% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)			480.8%											
1	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.50
2	Ayam, daging, segar	50	149.00	9.10	1.20	0.00	0.00	0.45	7.00	100.00	0.75	54.50	192.95	0.05
3	Kentang, segar	40	24.80	0.84	0.08	5.40	0.20	0.32	25.20	23.20	0.28	2.80	158.40	0.16
4	Wortel, segar	15	5.40	0.15	0.09	1.19	0.15	0.09	6.75	11.10	0.15	10.50	36.75	0.02
5	Tempe kedelai murni, mentah	50	100.50	10.40	4.40	6.75	0.70	0.80	77.50	163.00	2.00	4.50	117.00	0.30
6	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.50
8	Ikan tongkol, segar	40	40.00	5.48	0.60	3.20	0.00	0.84	36.80	242.40	0.68	80.80	90.00	0.64
9	Tapung terigu	10	33.30	0.90	0.10	7.72	0.03	0.10	2.20	15.00	0.13	0.20	0.00	0.28
10	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
11	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08
12	Kacang panjang, segar	40	12.40	0.92	0.04	2.12	1.08	0.20	24.00	25.60	0.24	12.00	85.20	0.04
13	Jagung muda, kuning, mentah	15	22.05	0.77	0.11	4.73	0.20	0.14	9.90	18.30	0.17	0.75	5.04	0.14
14	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01
15	Telur ayam ras, segar	40	61.60	4.96	4.32	0.28	0.00	0.32	34.40	103.20	1.20	56.80	47.40	0.08
16	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.50
17	Telur burung puyuh, segar	40	46.40	4.28	2.80	0.64	0.00	0.36	26.00	76.40	1.40	44.40	4.40	0.04
18	Tahu, mentah	30	24.00	3.27	1.41	0.24	0.03	0.42	66.90	54.90	1.02	0.60	15.18	0.06
19	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
20	Sawi putih / pecai, segar	40	3.60	0.40	0.04	0.68	0.32	0.24	22.40	16.80	0.44	2.00	77.24	0.04
21	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01

Recall hari kedua

NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN												
			ENERGI	PROTEIN	LEMAK	KH	SERAT	ABU	KALSIUM	FOSFOR	BESI	NATRIUM	KALSIUM	TEMBAGA	SENG
			(Kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	
KEBUTUHAN KLIEN			350												
TOTAL KANDUNGAN			1,596.12	71.53	35.74	250.30	6.45	7.89	1,002.30	1,216.45	17.43	379.60	1,247.83	1.27	7.29
% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)			456.0%												
1	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.10	0.50
2	Sapi, daging, kurus, segar	40	69.60	7.84	4.00	0.00	0.00	0.56	4.40	72.40	1.16	33.20	195.60	0.04	1.96
3	Telur ayam ras, segar	10	15.40	1.24	1.08	0.07	0.00	0.08	8.60	25.80	0.30	14.20	11.85	0.02	0.10
4	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
5	Tempe kedelai murni, mentah	40	80.40	8.32	3.52	5.40	0.56	0.64	62.00	130.40	1.60	3.60	93.60	0.24	0.68
6	Sawi, segar	60	16.80	1.38	0.18	2.40	1.50	0.72	132.00	22.80	1.74	13.20	261.90	0.06	0.12
7	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01	0.02
8	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
9	Telur ayam ras, segar	40	61.60	4.96	4.32	0.28	0.00	0.32	34.40	103.20	1.20	56.80	47.40	0.08	0.40
10	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.10	0.50
11	Telur ayam ras, segar	40	61.60	4.96	4.32	0.28	0.00	0.32	34.40	103.20	1.20	56.80	47.40	0.08	0.40
12	Tomat merah, segar	5	1.20	0.07	0.03	0.24	0.08	0.03	0.40	3.85	0.03	0.50	8.25	0.01	0.01
13	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
14	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08	0.32
15	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
16	Sawi putih / pecal, segar	40	3.60	0.40	0.04	0.68	0.32	0.24	22.40	16.80	0.44	2.00	77.24	0.04	0.04
17	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01	0.02
18	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.10	0.50
19	Ikan tongkol, segar	50	50.00	6.85	0.75	4.00	0.00	1.05	46.00	303.00	0.85	101.00	113.50	0.10	0.80
20	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
21	Tahu, mentah	50	40.00	5.45	2.35	0.40	0.05	0.70	111.50	91.50	1.70	1.00	25.30	0.10	0.40
22	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
23	Labu siam, segar	50	15.00	0.30	0.05	3.35	3.10	0.15	7.00	12.50	0.25	1.50	83.55	0.10	0.50
24	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01	0.03

Recall hari ketiga

NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN												
			ENERGI (Kcal)	PROTEIN (g)	LEMAK (g)	KH (g)	SERAT (g)	ABU (g)	KALSIUM (mg)	FOSFOR (mg)	BESI (mg)	NATRIUM (mg)	KALSIUM (mg)	TEMBAGA (mg)	SENG (mg)
KEBUTUHAN KLIEN			350												
TOTAL KANDUNGAN			1,641.19	69.84	49.74	231.67	5.62	7.59	952.71	1,184.43	15.67	403.77	1,333.54	1.23	5.21
% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)			468.9%												
1	Beras giling, mentah	75	267.75	6.30	1.28	57.83	0.15	0.60	110.25	60.75	1.35	20.25	53.25	0.08	0.38
2	Telur ayam ras, segar	40	61.60	4.96	4.32	0.28	0.00	0.32	34.40	103.20	1.20	56.80	47.40	0.08	0.40
3	Tomat merah, segar	10	2.40	0.13	0.05	0.47	0.15	0.06	0.80	7.70	0.06	1.00	16.49	0.01	0.02
4	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
5	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08	0.32
6	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7	Sawi, segar	50	14.00	1.15	0.15	2.00	1.25	0.60	110.00	19.00	1.45	11.00	218.25	0.05	0.10
8	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01	0.02
9	Ayam, daging, segar	40	119.20	7.28	10.00	0.00	0.00	0.36	5.60	80.00	0.60	43.60	154.36	0.04	0.24
10	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
11	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.10	0.50
12	Telur ayam ras, segar	36	55.44	4.46	3.89	0.25	0.00	0.29	30.96	92.88	1.08	51.12	42.66	0.07	0.36
13	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
14	Ayam, daging, segar	40	119.20	7.28	10.00	0.00	0.00	0.36	5.60	80.00	0.60	43.60	154.36	0.04	0.24
15	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
16	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08	0.32
17	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
18	Kentang, segar	50	31.00	1.05	0.10	6.75	0.25	0.40	31.50	29.00	0.35	3.50	198.00	0.20	0.15
19	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01	0.03
20	Beras giling, mentah	100	357.00	8.40	1.70	77.10	0.20	0.80	147.00	81.00	1.80	27.00	71.00	0.10	0.50
21	Ikan tongkol, segar	50	50.00	6.85	0.75	4.00	0.00	1.05	46.00	303.00	0.85	101.00	113.50	0.10	0.80
22	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
23	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08	0.32
24	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
25	Labu siam, segar	50	15.00	0.30	0.05	3.35	3.10	0.15	7.00	12.50	0.25	1.50	83.55	0.10	0.50
26	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01	0.02
27	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00



3. Lampiran pasien Ny M.A



Recall SMRS

NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN												
			ENERGI (Kal)	PROTEIN (g)	LEMAK (g)	KH (g)	SERAT (g)	ABU (g)	KALSIUM (mg)	FOSFOR (mg)	BESI (mg)	NATRIUM (mg)	KALSIUM (mg)	TEMBAGA (mg)	SENG (mg)
KEBUTUHAN KLIEN			350												
TOTAL KANDUNGAN			866.23	32.79	25.75	127.78	6.27	4.26	241.55	572.95	5.67	204.15	1,072.00	2.51	4.06
% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)			247.5%												
1	Beras giling, mentah	50	178.50	4.20	0.85	38.56	0.10	0.40	73.50	40.50	0.90	13.50	35.50	0.05	0.25
2	Labu siam, segar	60	10.00	0.36	0.06	4.02	3.72	0.18	8.40	15.00	0.30	1.80	100.26	0.12	0.60
3	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
4	Ikan baronang, segar	40	31.20	5.80	0.24	1.48	0.00	0.48	10.40	208.40	1.52	10.40	276.80	1.88	1.64
5	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
6	Beras giling, mentah	50	178.50	4.20	0.85	38.56	0.10	0.40	73.50	40.50	0.90	13.50	35.50	0.05	0.25
7	Ikan kakap, segar	30	27.60	6.00	0.21	0.00	0.00	0.69	6.00	60.00	0.30	0.00	0.00	0.00	0.00
8	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
9	Labu kuning, segar	30	15.30	0.51	0.15	3.00	0.81	0.35	12.00	54.00	0.21	84.00	66.00	0.12	0.45
10	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
11	Pisang kepok, segar	15	16.35	0.12	0.08	3.95	0.86	0.15	1.50	4.50	0.08	1.50	45.00	0.02	0.03
12	Tepung terigu	5	16.65	0.45	0.05	3.86	0.02	0.05	1.10	7.50	0.07	0.10	0.00	0.00	0.14
13	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
14	Beras giling, mentah	25	89.25	2.10	0.43	19.28	0.05	0.20	36.75	20.25	0.45	6.75	17.75	0.03	0.13
15	Labu kuning, segar	10	5.10	0.17	0.05	1.00	0.27	0.12	4.90	18.00	0.07	28.00	22.00	0.04	0.15
16	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
17	Ikan kakap, segar	20	18.40	4.00	0.14	0.00	0.00	0.46	4.00	40.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00
18	Minyak kelapa sawit	1	8.84	0.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
19	Babi, daging, kurus, segar	30	111.30	4.23	10.50	0.00	0.00	0.27	2.40	45.30	0.63	29.10	211.89	0.06	0.12
20	Pisang raja sereh, segar	50	54.00	0.65	0.15	14.10	0.35	0.50	8.00	19.00	0.05	15.50	261.30	0.15	0.30

Recall hari pertama

NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN											
			ENERGI (Kal)	PROTEIN (g)	LEMAK (g)	KH (g)	SERAT (g)	ABU (g)	KALSIMUM (mg)	FOSFOR (mg)	BESI (mg)	NATRIUM (mg)	KALSIUM (mg)	TEMBAGA (mg)
KEBUTUHAN KLIEN			350											
TOTAL KANDUNGAN			1,716.61	69.16	57.46	236.97	4.40	7.54	991.35	1,144.30	15.90	338.30	1,332.13	1.31
% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)			490.5%											
1	Beras giling, mentah	90	321.30	7.56	1.53	69.39	0.18	0.72	132.30	72.90	1.62	24.30	63.90	0.09
2	Ayam, daging, segar	50	149.00	9.10	12.50	0.00	0.00	0.45	7.00	100.00	0.75	54.50	192.95	0.05
3	Tepung terigu	5	16.65	0.45	0.05	3.86	0.02	0.05	1.10	7.50	0.07	0.10	0.00	0.00
4	Telur ayam ras, segar	10	15.40	1.24	1.08	0.07	0.00	0.08	8.60	25.80	0.30	14.20	11.85	0.02
5	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
6	Tempe kedelai murni, mentah	50	100.50	10.40	4.40	6.75	0.70	0.80	77.50	163.00	2.00	4.50	117.00	0.30
7	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
8	Sawi, segar	60	16.80	1.38	0.18	2.40	1.50	0.72	132.00	22.80	1.74	13.20	261.90	0.06
9	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01
10	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
11	Beras giling, mentah	90	321.30	7.56	1.53	69.39	0.18	0.72	132.30	72.90	1.62	24.30	63.90	0.09
12	Telur ayam ras, segar	50	77.00	6.20	5.40	0.35	0.00	0.40	43.00	129.00	1.50	71.00	59.25	0.10
13	Tomat merah, segar	10	2.40	0.13	0.05	0.47	0.15	0.06	0.80	7.70	0.06	1.00	16.49	0.01
14	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
15	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08
16	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
17	Kentang, segar	40	24.80	0.84	0.08	5.40	0.20	0.32	25.20	23.20	0.28	2.80	158.40	0.16
18	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01
19	Beras giling, mentah	90	321.30	7.56	1.53	69.39	0.18	0.72	132.30	72.90	1.62	24.30	63.90	0.09
20	Ikan tongkol, segar	40	40.00	5.48	0.60	3.20	0.00	0.84	36.80	242.40	0.68	80.80	90.80	0.08
21	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
22	Tahu, mentah	50	40.00	5.48	2.38	0.40	0.05	0.70	111.50	91.50	1.70	1.00	25.30	0.10
23	Minyak kelapa sawit	10	88.40	0.00	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
24	Buncis, segar	60	17.00	1.20	0.15	3.60	0.95	0.25	50.50	21.00	0.35	4.00	125.00	0.05
25	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01
26	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Recall hari kedua

NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN											
			ENERGI (Kal)	PROTEIN (g)	LEMAK (g)	KH (g)	SERAT (g)	ABU (g)	KALSIMUM (mg)	FOSFOR (mg)	BESI (mg)	NATRIUM (mg)	KALSIUM (mg)	TEMBAGA (mg)
KEBUTUHAN KLIEN			350											
TOTAL KANDUNGAN			1.673.75	66.34	54.16	233.92	3.65	7.40	924.40	882.00	15.61	278.60	1,345.21	1.12
% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)			478.2%											
1	Beras giling, mentah	90	321.30	7.56	1.53	69.39	0.18	0.72	132.30	72.90	1.62	24.30	63.90	0.09
2	Telur ayam ras, segar	50	77.00	6.20	5.40	0.35	0.00	0.40	43.00	129.00	1.50	71.00	59.25	0.10
3	Tomat merah, segar	10	2.40	0.13	0.05	0.47	0.15	0.06	0.80	7.70	0.06	1.00	16.49	0.01
4	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
5	Tahu, mentah	50	40.00	5.45	2.35	0.40	0.05	0.70	111.50	91.50	1.70	1.00	25.30	0.10
6	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7	Sawi, segar	50	14.00	1.15	0.15	2.00	1.25	0.60	110.00	19.00	1.45	11.00	218.25	0.05
8	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01
9	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
10	Beras giling, mentah	90	321.30	7.56	1.53	69.39	0.18	0.72	132.30	72.90	1.62	24.30	63.90	0.09
11	Ayam, daging, segar	50	149.00	9.10	12.50	0.00	0.00	0.45	7.00	100.00	0.75	54.50	192.95	0.05
12	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
13	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08
14	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
15	Makaroni, mentah	15	52.95	1.31	0.06	11.81	0.74	0.38	3.00	12.00	0.05	0.75	0.00	0.05
16	Kentang, segar	40	24.80	0.84	0.08	5.40	0.20	0.32	25.20	23.20	0.28	2.80	158.40	0.16
17	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01
18	Beras giling, mentah	90	321.30	7.56	1.53	69.39	0.18	0.72	132.30	72.90	1.62	24.30	63.90	0.09
19	Sapi, daging, kurus, segar	50	87.00	9.80	5.00	0.00	0.00	0.70	5.50	90.50	1.45	41.50	244.50	0.05
20	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
21	Tahu, mentah	40	32.00	4.36	1.88	0.32	0.04	0.56	89.20	73.20	1.36	0.80	20.24	0.08
22	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
23	Sawi putih / pecai, segar	40	3.60	0.40	0.04	0.68	0.32	0.24	22.40	16.80	0.44	2.00	77.24	0.04
24	Kentang, segar	15	9.30	0.32	0.03	2.03	0.08	0.12	9.45	8.70	0.11	1.05	59.40	0.06
25	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01
26	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Recall hari ketiga

NO	NAMA BAHAN	BERAT BERSIH	KOMPOSISI ZAT GIZI MAKANAN											
			ENERGI (Kal)	PROTEIN (g)	LEMAK (g)	KH (g)	SERAT (g)	ABU (g)	KALSIUM (mg)	FOSFOR (mg)	BESI (mg)	NATRIUM (mg)	KALSIUM (mg)	TEMBAGA (mg)
KEBUTUHAN KLIEN			350											
TOTAL KANDUNGAN			1.658.49	66.79	50.50	239.98	7.03	7.59	952.15	1,112.20	16.21	321.40	1,248.57	1.38
% KECUKUPAN (Cukup 90-110%)			473.9%											
1	Beras giling, mentah	90	321.30	7.56	1.53	69.39	0.18	0.72	132.30	72.90	1.62	24.30	63.90	0.09
2	Telur burung puyuh, segar	50	58.00	5.35	3.50	0.80	0.00	0.45	32.50	95.50	1.75	55.50	5.50	0.05
3	Tempe kedelai murni, mentah	50	100.50	10.40	4.40	6.75	0.70	0.80	77.50	163.00	2.00	4.50	117.00	0.30
4	Telur ayam ras, segar	10	15.40	1.24	1.08	0.07	0.00	0.06	8.60	25.80	0.30	14.20	11.85	0.02
5	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
6	Kentang, segar	50	31.00	1.05	0.10	6.75	0.25	0.40	31.50	29.00	0.35	3.50	198.00	0.20
7	Wortel, segar	30	10.80	0.30	0.18	2.37	0.30	0.18	13.50	22.20	0.30	21.00	73.50	0.03
8	Beras giling, mentah	90	321.30	7.56	1.53	69.39	0.18	0.72	132.30	72.90	1.62	24.30	63.90	0.09
9	Ayam, daging, segar	40	119.20	7.28	10.00	0.00	0.00	0.36	5.60	80.00	0.60	43.60	154.36	0.04
10	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
11	Tahu, mentah	50	40.00	5.45	2.35	0.40	0.05	0.70	111.50	91.50	1.70	1.00	25.30	0.10
12	Minyak kelapa sawit	4	35.36	0.00	4.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
13	Labu siam, segar	60	18.00	0.36	0.06	4.02	3.72	0.18	8.40	15.00	0.30	1.80	100.26	0.12
14	Wortel, segar	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	0.06	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	0.01
15	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
16	Beras giling, mentah	90	321.30	7.56	1.53	69.39	0.18	0.72	132.30	72.90	1.62	24.30	63.90	0.09
17	Ikan tongkol, segar	40	40.00	5.48	0.60	3.20	0.00	0.84	36.80	242.40	0.68	80.80	90.80	0.08
18	Minyak kelapa sawit	4	35.36	0.00	4.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
19	Tahu, mentah	50	40.00	5.45	2.35	0.40	0.05	0.70	111.50	91.50	1.70	1.00	25.30	0.10
20	Tepung terigu	5	18.65	0.45	0.05	3.85	0.02	0.05	1.10	7.50	0.07	0.10	0.90	0.00
21	Minyak kelapa sawit	3	26.52	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
22	Sawi, segar	50	14.00	1.15	0.15	2.00	1.25	0.60	110.00	19.00	1.45	11.00	218.25	0.05
23	Wortel, segar	5	1.80	0.05	0.03	0.40	0.05	0.03	2.25	3.70	0.05	3.50	12.25	0.01
24	Minyak kelapa sawit	2	17.68	0.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00



4. Lampiran sisa makanan



5. Lampiran Kunjungan Rumah



6. Lampiran leaflet

Nama : Ny S.T
Umur : 62 th
IMT : 25,09 kg/m²

TB : 161 cm
BB : 65 kg

kebutuhan gizi sehari

eEnergi : 1.678,6 kkal
protein : 62,0 g
lemak : 47,1 g
KH : 294,7 g

makan pagi	gram	URT
Nasi/pengganti	200	2 ctg RC
lauk hewani	50	1 ptg/hr
lauk nabati	50	1 ptg
sayuran	100	2 ctg syr
buah	100	1 buah
minyak	5	1 sdm
selingan	100	1 prs

makan pagi	gram	URT
Nasi/pengganti	200	2 ctg RC
lauk hewani	50	1 ptg/hr
lauk nabati	50	1 ptg
sayuran	100	2 ctg syr
buah	100	1 buah
minyak	5	1 sdm
selingan	100	1 prs

makan pagi	gram	URT
Nasi/pengganti	200	2 ctg RC
lauk hewani	50	1 ptg/hr
lauk nabati	50	1 ptg
sayuran	100	2 ctg syr
buah	100	1 buah
minyak	5	1 sdm
selingan	100	1 prs

LEAFLET



PENYAKIT JANTUNG KORNER DENGAN HIPERTENSI

Nama : Ny J.D.S
Umur : 59 th
IMT : 27,08 kg/m²

TB : 155 cm
BB : 65 kg

kebutuhan gizi sehari

eEnergi : 1.657 kkal
protein : 62,1 g
lemak : 46,02 g
KH : 246,5 g

makan pagi	gram	URT
Nasi/pengganti	200	2 ctg RC
lauk hewani	50	1 ptg/hr
lauk nabati	50	1 ptg
sayuran	100	2 ctg syr
buah	100	1 buah
minyak	5	1 sdm
selingan	100	1 prs

makan pagi	gram	URT
Nasi/pengganti	200	2 ctg RC
lauk hewani	50	1 ptg/hr
lauk nabati	50	1 ptg
sayuran	100	2 ctg syr
buah	100	1 buah
minyak	5	1 sdm
selingan	100	1 prs

makan pagi	gram	URT
Nasi/pengganti	200	2 ctg RC
lauk hewani	50	1 ptg/hr
lauk nabati	50	1 ptg
sayuran	100	2 ctg syr
buah	100	1 buah
minyak	5	1 sdm
selingan	100	1 prs

LEAFLET



PENYAKIT JANTUNG KORNER DENGAN HIPERTENSI

Diet jantung rendah natrium (DASH)

Tujuan diet

- Menurunkan asupan lemak jenuh dan lemak trans (<7%) dan menurunkan asupan kolesterol makanan kurang dari 200 mg/dl.
- Menurunkan berat badan mencapai batas normal.
- 3.Meningkatkan asupan karbohidrat kompleks (maksimum 55%) dan menurunkan asupan karbohidrat sederhana sekurang-kurangnya 5% dari energi total.
- Menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

Syarat diet

- Energi yang dibutuhkan disesuaikan menurut berat badan dan aktivitas fisik yaitu 1.657 kkal
- Lemak diberikan 25-35% dari kebutuhan energi total yaitu 46,2 gram
- Protein cukup yaitu rata-rata 15% dari kebutuhan energi total yaitu 62,1 gram
- Karbohidrat sedang yaitu 50-60% dari kebutuhan energi total yaitu 248,5 gram.
- Serat tinggi yaitu 25-30 g per hari termasuk serat larut air
- Vitamin dan mineral cukup.
- Asupan Natrium dibatasi <2300 mg/hari
- 8.Konsumsi kalium 4700 mg/hari.

Gejala yang perlu diwaspadai

nyeri dada, sesak nafas, mudah lelah, pusing, jantung berdebar, tekanan darah tinggi

pola makan yang di anjurkan dan dibatasi

perbanyak sayuran dan buah, ikan, air putih, makanan rendah garam dan rendah lemak

Batasi gorengan, makanan asin, makanan cepat saji, minuman manis, rokok dan alkohol

Tips menjaga tekanan darah dan jantung

- Rutin kontrol tekanan darah
- minum obat sesuai anjuran dokter
- olahraga ringan 30 menit
- istirahat cukup
- menjaga pola makan tetap sehat
- kelola stres

Apa itu Penyakit jantung koroner

penyakit jantung koroner (PJK) adalah kondisi ketika pembuluh darah jantung menyempit akibat penumpukan lemak atau plak sehingga aliran darah ke jantung berkurang

Apa Hipertensi

Hipertensi adalah tekanan darah tinggi lebih dari 140/90 mmHg yang dapat merusak pembuluh darah dan meningkatkan resiko penyakit jantung

Hubungan Hipertensi dengan penyakit Jantung koroner

Tekanan darah yang tinggi membuat jantung bekerja lebih keras dan dapat merusak pembuluh darah. Jika berlangsung lama, risiko terjadinya penyakit jantung meningkat



Nama : Ny M.A
Umur : 48 th
IMT : 25 kg/m²

TB : 160cm
BB : 64 kg

kebutuhan gizi sehari
eEnergi : 1.678,1 kkal
protein : 63 g
lemak : 46,6 g
KH : 251,7 g

makan pagi	gram	URT
Nasi/pengganti	200	2 ctg RC
lauk hewani	50	1 ptg/btr
lauk nabati	50	1 ptg
sayuran	100	2 ctg. syr
buah	100	1 buah
minyak	5	1 sdm
selingan	100	1 prs

makan pagi	gram	URT
Nasi/pengganti	200	2 ctg RC
lauk hewani	50	1 ptg/btr
lauk nabati	50	1 ptg
sayuran	100	2 ctg. syr
buah	100	1 buah
minyak	5	1 sdm
selingan	100	1 prs

makan pagi	gram	URT
Nasi/pengganti	200	2 ctg RC
lauk hewani	50	1 ptg/btr
lauk nabati	50	1 ptg
sayuran	100	2 ctg. syr
buah	100	1 buah
minyak	5	1 sdm
selingan	100	1 prs



makan pagi	makan siang	makan malam
nasi omelet telur bening bayam pepaya	nasi ikan kuah tahu kukus bb kuning tumis kangkung pisang selingan : bubur kacang hijau tanpa santan	nasi pepes ikan sop tahu + sayur

LEAFLET



PENYAKIT JANTUNG KORNER DENGAN HIPERTENSI

Diet jantung rendah natrium (DASH)
Tujuan diet

- Mempertahankan kadar glukosa darah mendekati normal dengan menyeimbangkan asupan makanan dan insulin (endogenus dan eksogenus), dengan obat penurun glukosa oral dan aktivitas fisik.
- Memberi cukup energi untuk mempertahankan atau mencapai berat badan normal.
- Menghindari komplikasi akut pasien yang menggunakan insulin, seperti hipoglikemia, komplikasi jangka pendek dan jangka lama, serta masalah yang berhubungan dengan latihan jasmani.
- Meningkatkan derajat kesehatan secara keseluruhan melalui gizi yang optimal.
- Menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Syarat diet

- Energi yang dibutuhkan disesuaikan menurut berat badan dan aktivitas fisik yaitu 1.657 kkal.
- Lemak diberikan 25-35% dari kebutuhan energi total yaitu 46,2 gram.
- Protein cukup yaitu rata-rata 15% dari kebutuhan energi total yaitu 62,1 gram.
- Karbohidrat sedang, yaitu 50-60% dari kebutuhan energi total yaitu 248,5 gram.
- Serat tinggi yaitu 25-30 g per hari termasuk serat larut air.
- Vitamin dan mineral cukup.
- Asupan Natrium dibatasi <2300 mg/hari.
- Konsumsi kalium 4700 mg/hari.

Gejala yang perlu diwaspadai

nyeri dada, sesak nafas, mudah lelah, pusing, jantung berdebar, tekanan darah tinggi

pola makan yang di anjurkan dan dibatasi

perbanyak sayuran dan buah, ikan, air putih, makanan rendah garam dan rendah lemak

Batasi gorengan, makanan asin, makanan cepat saji, minuman manis, rokok dan alkohol

Tips menjaga tekanan darah dan jantung

- Rutin kontrol tekanan darah
- minum obat sesuai anjuran dokter
- olahraga ringan 30 menit
- istirahat cukup
- menjaga pola makan tetap sehat
- kelola stres

Apa itu Penyakit jantung koroner

penyakit jantung koroner (PJK) adalah kondisi ketika pembuluh darah jantung menyempit akibat penumpukan lemak atau plak sehingga aliran darah ke jantung berkurang

Apa Hipertensi

Hipertensi adalah tekanan darah tinggi lebih dari 140/90 mmHg yang dapat merusak pembuluh darah dan meningkatkan resiko penyakit jantung

Hubungan Hipertensi dengan penyakit Jantung koroner

Tekanan darah yang tinggi membuat jantung bekerja lebih keras dan dapat merusak pembuluh darah. Jika berlangsung lama, risiko terjadinya penyakit jantung meningkat



- KETENTUAN:**
- Setiap kegiatan dalam penyelesaian LTA wajib terdokumentasi pada Buku bimbingan.
 - Mahasiswa wajib membawa buku bimbingan pada saat konsultasi.
 - Pembimbing wajib mengisi kegiatan atau materi konsultasi dan menandatangani.
 - Pendaftaran ujian proposal penilaian dan ujian LTA hanya dibuka bagi mahasiswa yang sudah memenuhi persyaratan jumlah minimal konsultasi yaitu 7 kali konsultasi untuk ujian LTA.

LOGBOOK BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR MAHASISWA PRODI D-III GIZI

Nama: Marten Yulita Duitacar Hana
NIM : 20.53.03.2412.31261
Kelas: III C
Judul: Proses Asupan gizi berdasarkan usia
Pakan Rye dengan HT.

Nama Mahasiswa	: Marten Yulita D- Hana
NIM	: 20.53.03.2412.31261
Nama Pembimbing	: Anne Hana H. M. Al. S. M. B. S.
Judul LTA	: Proses Asupan gizi berdasarkan Pakan Rye dengan HT

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1.	16/01/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
2.	18/01/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
3.	19/01/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
4.	23/02/2022	konsultasi Pakan Rye	✓

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
5.	25/02/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
6.	26/02/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
7.	28/02/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
8.	30/02/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
9.	05/03/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
10.	08/03/2022	konsultasi Pakan Rye	✓

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
11.	11/03/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
12.	15/03/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
13.	16/03/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
14.	15/05/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
15.	16/05/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
16.	08/06/2022	konsultasi Pakan Rye	✓

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
17.	10/06/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
18.	13/06/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
19.	19/06/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
20.	20/06/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
21.	04/07/2022	konsultasi Pakan Rye	✓
22.	08/07/2022	konsultasi Pakan Rye	✓

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
19.	14/07/2022	konsultasi Pakan Rye	✓

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
----	---------------------	---------------------------------	----------------------------