

LAMPIRAN

Tabel 4.6.4 Rencana menu makanan

HARI	PAGI	SIANG	SORE
SENIN	Nasi/Bubur Soto Ayam Telur Rebus (Kls 1/VIP)	Nasi/Bubur Ayam Goreng, Tempe Goreng Sayur Sup (Wortel, Makroni) Perkedel Kentang (Kls 1/VIP)	Nasi/Bubur Telur Bb.Kuning, Tahu Bb.Kuning Cah Sawi ijo, Tauge Ayam Bb.Kuning (Kls 1/VIP)
SELASA	Nasi/Bubur Rawon Sayur (Labu, Tauge)	Nasi/Bubur Ayam Goreng Kalasan, Tempe Bb.Kuning Sayur Asem (Kacg.pjg, jagung) Perkedel Tahu (Kls 1/VIP)	Nasi/Bubur Telur Mata Sapi Cap Jay (Wortel, Sawi Ijo, Sosis) Ayam Goreng (Kls 1/VIP)
RABU	Nasi/Bubur Ayam Telur Orak Arik (Kls 1/VIP)	Nasi/Bubur Telur Dadar, Tempe Goreng Sayur Bening (Bayam, Labu) Dadar Jagung (Kls 1/VIP)	Nasi/Bubur Ayam Bb.Kecap, Tahu Bb.Kecap Cah Sawi Putih, Wortel Perkedel Kentang (Kls 1/VIP)
KAMIS	Nasi/Bubur Soto Daging Sayur (Tauge)	Nasi/Bubur Ayam Bb.Kuning, Tempe Bb.Kuning Sayur Sup (Wortel, Kentang)	Nasi/Bubur Telur Dadar, Tahu Goreng

		Telur Mata Sapi (Kls 1/VIP)	Cah Kacg.Pajg, Tauge Dadar Jagung (Kls 1/VIP)
JUMAT	Nasi/Bubur Ayam Telur Orak Arik (Kls 1/VIP)	Nasi/Bubur Telur Dadar, Tempe Goreng Sayur Bening (Jagung, Labu) Ayam Goreng (Kls 1/VIP)	Nasi/Bubur Ayam Goreng Cah Jay (Wortel, Sawi Ijo, Sosis) Perkedel tahu (Kls 1/VIP)
SABTU	Nasi/Bubur Soto Ayam Telur Rebus (Kls 1/VIP)	Nasi/Bubur Ayam Bb.Kecap, Tempe Bb.Kecap Sayur Asem (Kacg.pajg, Jagung) Perkedel Tahu (Kls 1/VIP)	Nasi/Bubur Telur Dadar, Tahu Goreng Cah Wortel, Labu Ayam Goreng (Kls 1/VIP)
MINGGU	Nasi/Bubur Rawon Sayur (Labu, Tauge)	Nasi/Bubur Telur Bb.Kuning, Tempe Bb.Kuning Sayur Bening (Gambas, Soun) Ayam Goreng (Kls 1/VIP)	Nasi/Bubur Ayam Bb.Kecap, Tahu Bb.Kecap Cah Sawi Putih, Wortel Perkedel Kentang (Kls 1/VIP)

Minuman	Pagi	Siang	Sore
	The	Air Putih	Teh

Catatan : Untuk pasien DM, Teh diberikan Gula Diabetasol.

Tabel 4.6.5 Tambahan makanan untuk pasien ruang VIP

Buah	Pagi	Siang
		-
Snack	Jajan Pasar (VIP) JAM 08.00	Roti, Buah Apel/Pir (VIP) JAM 13.00
Catatan : Untuk pasien DM, Buah Melon/Pepaya (jika terlalu manis)direndam air hangat terlebih dahulu. *Kelas 2 : 1 Buah (Pisang) *Kelas 1 : 1 Buah (Pisang/Melon/Pepaya) *VIP : 2 Buah (Apel/Pir + Pisang/Melon/Pepaya)		

Tabel Angka Kecukupan Gizi 2004 bagi Orang Indonesia

No	Kelompok Umur	Berat badan (kg)	Tinggi badan (cm)	Energi (Kkal)	Protein (g)	Vit A (RE)	Vit D (ug)	Vit E (mg)	Vit K (ug)	Tiamin (mg)	Riboflavin (mg)	Niasin (mg)	Asam folat (ug)	Piridoksin (mg)	Vit B12 (ug)	Vit C (mg)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Magnesium (mg)	Besi (mg)	Yodium (ug)	Seng (mg)	Selenium (ug)	Mangan (mg)	Fluor (mg)	
	Anak																									
1	0-6 bl	6	60	550	10	375	5	4	5	0,3	0,3	2	65	0,1	0,4	40	200	100	25	0,5	90	1,3	5	0,003	0,01	
2	7-12 bl	8,5	71	650	16	400	5	5	10	0,4	0,4	4	80	0,3	0,5	40	400	225	55	7	90	7,5	10	0,6	0,4	
3	1-3 th	12	90	1000	25	400	5	6	15	0,5	0,5	6	150	0,5	0,9	40	500	400	60	8	90	82	17	1,2	0,6	
4	4-6 th	17	110	1550	39	450	5	7	20	0,6	0,6	8	200	0,6	5	45	500	400	80	9	120	9,7	20	1,5	0,8	
5	7-9 th	25	120	1800	45	500	5	7	25	0,9	0,9	10	200	1	1,5	45	600	400	120	10	120	11,2	20	1,7	1,2	
	Laki-laki																									
6	10-12 th	35	138	2050	50	600	5	11	35	1	1	12	300	1,3	1,8	50	1000	1000	170	13	120	14	20	1,9	1,7	
7	13-15 th	46	150	2400	60	600	5	15	55	1,2	1,2	14	400	1,3	2,4	75	1000	1000	220	19	150	17,4	30	2,2	2,3	
8	16-18 th	55	160	2600	65	600	5	15	55	1,3	1,3	16	400	1,3	2,4	90	1000	1000	270	15	150	17	30	2,3	2,7	
9	19-29 th	56	165	2550	60	600	5	15	65	1,2	1,3	16	400	1,3	2,4	90	800	600	270	13	150	12,1	30	2,3	3	
10	30-49 th	62	165	2350	60	600	5	15	65	1,2	1,3	16	400	1,3	2,4	90	800	600	300	13	150	13,4	30	2,3	3	
11	50-64 th	62	165	2250	60	600	10	15	65	1,2	1,3	16	400	1,7	2,4	90	800	600	300	13	150	13,4	30	2,3	3	
12	60+ th	62	165	2050	60	600	15	15	65	1	1,3	16	400	1,7	2,4	90	800	600	300	13	150	13,4	30	2,3	3	
	Wanita																									
13	10-12 th	37	145	2050	50	600	5	11	35	1	1	12	300	1,2	1,8	50	1000	1000	180	20	120	12,6	20	1,6	1,8	
14	13-15 th	48	153	2350	57	600	5	15	55	1,1	1	13	400	1,2	2,4	65	1000	1000	230	26	150	15,4	30	1,6	2,4	
15	16-18 th	50	154	2200	50	600	5	15	55	1,1	1	14	400	1,2	2,4	75	1000	1000	240	26	150	14	30	1,6	2,5	
16	19-29 th	52	156	1900	50	500	5	15	55	1	1,1	14	400	1,3	2,4	75	800	600	240	26	150	9,3	30	1,8	2,5	
17	30-49 th	55	156	1800	50	500	5	15	55	1	1,1	14	400	1,3	2,4	75	800	600	270	26	150	9,8	30	1,8	2,7	
18	50-64 th	55	156	1750	50	500	10	15	55	1	1,1	14	400	1,5	2,4	75	800	600	270	12	150	9,8	30	1,8	2,7	
19	60+ th	55	156	1600	50	500	15	15	55	1	1,1	14	400	1,5	2,4	75	800	600	270	12	150	9,8	30	1,8	2,7	
	Hamil (+an)																									
20	Timester 1			+180	+17	+300	+0	+0	+0	+0,3	+0,3	+4	+200	+0,4	+0,2	+10	+150	+0	+30	+0	+50	+1,7	+5	+0,2	+0,2	
21	Timester 2			+300	+17	+300	+0	+0	+0	+0,3	+0,3	+4	+200	+0,4	+0,2	+10	+150	+0	+30	+0	+50	+1,7	+5	+0,2	+0,2	
22	Timester 3			+300	+17	+300	+0	+0	+0	+0,3	+0,3	+4	+200	+0,4	+0,2	+10	+150	+0	+30	+0	+50	+1,7	+5	+0,2	+0,2	
	Menyusui (+an)																									
23	6 bl pertama			+500	+17	+350	+0	+4	+0	+0,3	+0,4	+3	+100	+0,5	+0,4	+45	+150	+0	+30	+6	+50	+4,6	+10	+0,8	+0,2	
24	6 bl kedua			+550	+17	+350	+0	+4	+0	+0,3	+0,4	+3	+100	+0,5	+0,4	+45	+150	+0	+30	+6	+50	+4,6	+10	+0,8	+0,2	