



Rekomendasi

Menu Makanan Ibu hamil normal



Menu makan pagi

- Roti Bakar isi telur mata sapi
- Susu kental manis



Snack Siang

- Bubur Kacang Hijau Santan



Menu Makan Siang

- Nasi Putih
- Ayam Goreng
- Tempe Goreng
- Sayur Bening Bayam
- Air Putih



Snack Malam

- Salad Buah



Rekomendasi

Menu Makanan Ibu hamil normal



Menu makan pagi

- Nasi Putih
- Sop Ayam Brokoli
- Tempe Goreng
- Susu kental manis
- Buah sawo



Snack Siang

- Jasuke Almond
- Buah Pisang



Menu Makan Siang

- Nasi Putih
- Gulai Ikan Nila
- Tumis Katuk Bakso
- Buah Jambu Biji



Snack Siang

- Pudding susu swallow
- Buah Mangga