

# Penyusunan

- DELVIANITA ANGGRAINI BONGGILI 2010101029

- DYAH LATRI KURNIANINGSIH 2010101030



# MENU MAKAN PAGI

- 
- \*NASI PUTIH 100 GRAM
  - \*DAGING AYAM TANPA KULIT 20 GRAM
  - \*TELUR BEBEK REBUS 27,5 GRAM
  - \*PEPES TAHU 210 GRAM
  - \*SAYUR BAYAM MERAH 100 GRAM



# SNACK PAGI

---

\* SMOTIES PISANG,  
KACANG ALMOND 135  
GRAM

\* BISKUIT 20 GRAM

\* KACANG TANAH REBUS  
7,5 GRAM



# MENU MAKAN SIANG

---

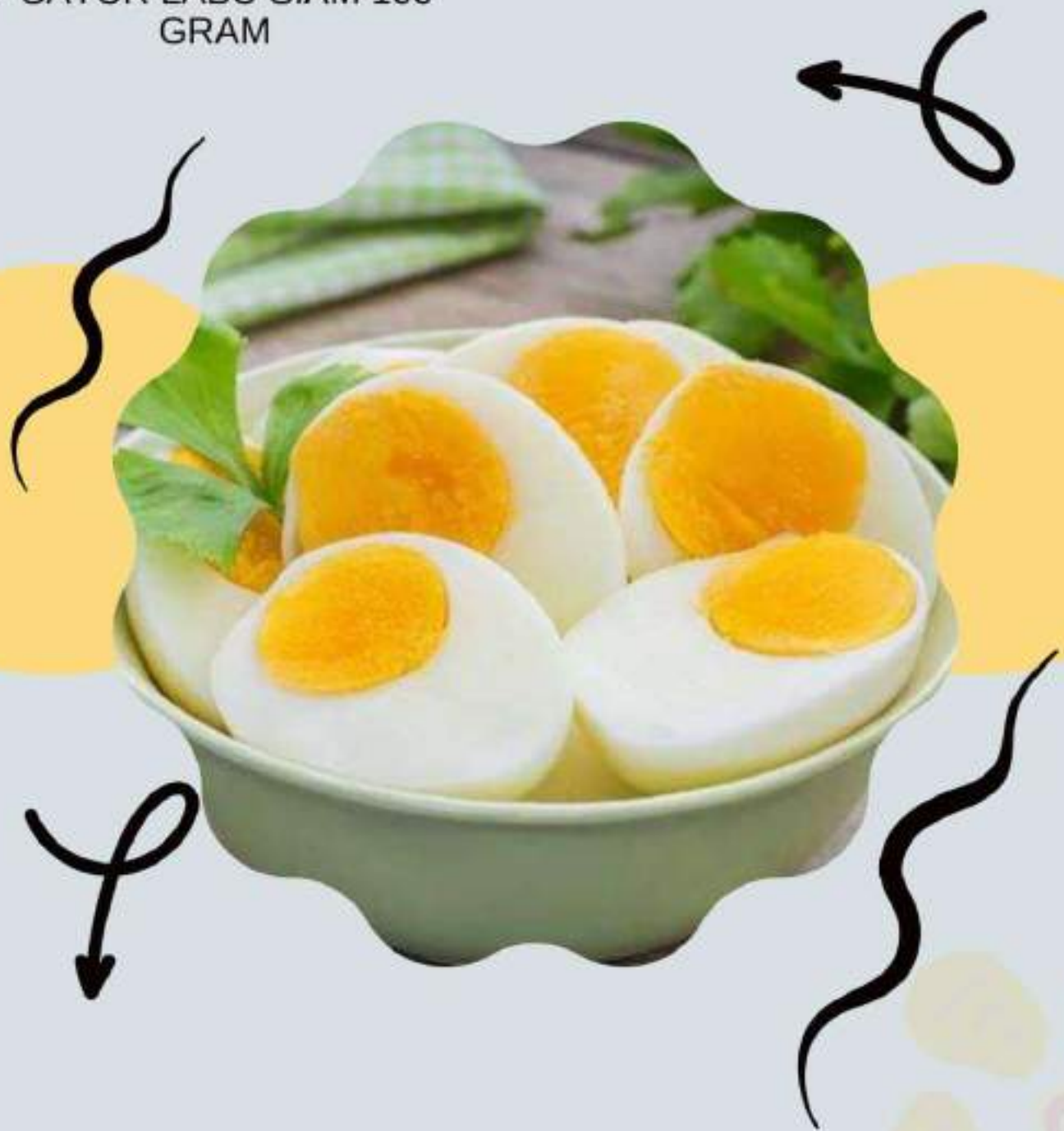
- \* NASI PUTIH 100 GRAM
- \* KERUPUK UDANG 15 GRAM
- \* TUMIS TEMPE 215 GRAM
- \* DAUN SINGKONG 100 GRAM



# MENU MAKAN MALAM

---

- \* NASI PUTIH 100 GRAM
- \* TELUR AYAM REBUS 25 GRAM
- \* SAYUR LABU SIAM 100 GRAM



# MENU MAKAN PAGI

---

NASI PUTIH 100 GRAM

\* SAYUR SOP BROKOLI 100  
GRAM

\* IKAN BANDENG 40 GRAM



# SNACK PAGI

- 
- \* JUS ALPUKAT 60 GRAM
  - \* KENTANG GORENG 210 GRAM



# MENU MAKAN SIANG

---

- \* NASI PUTIH 100 GRAM
- \* TAHU BACEM 110 GRAM
- \* TUMIS BUNCIS 100 GRAM





# MENU MAKAN MALAM

---

- \*NASI PUTIH 100 GRAM
- \* UDANG GORENG TEPUNG  
70 GRAM
- \* CAP CAY SAYUR 100  
GRAM

