

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



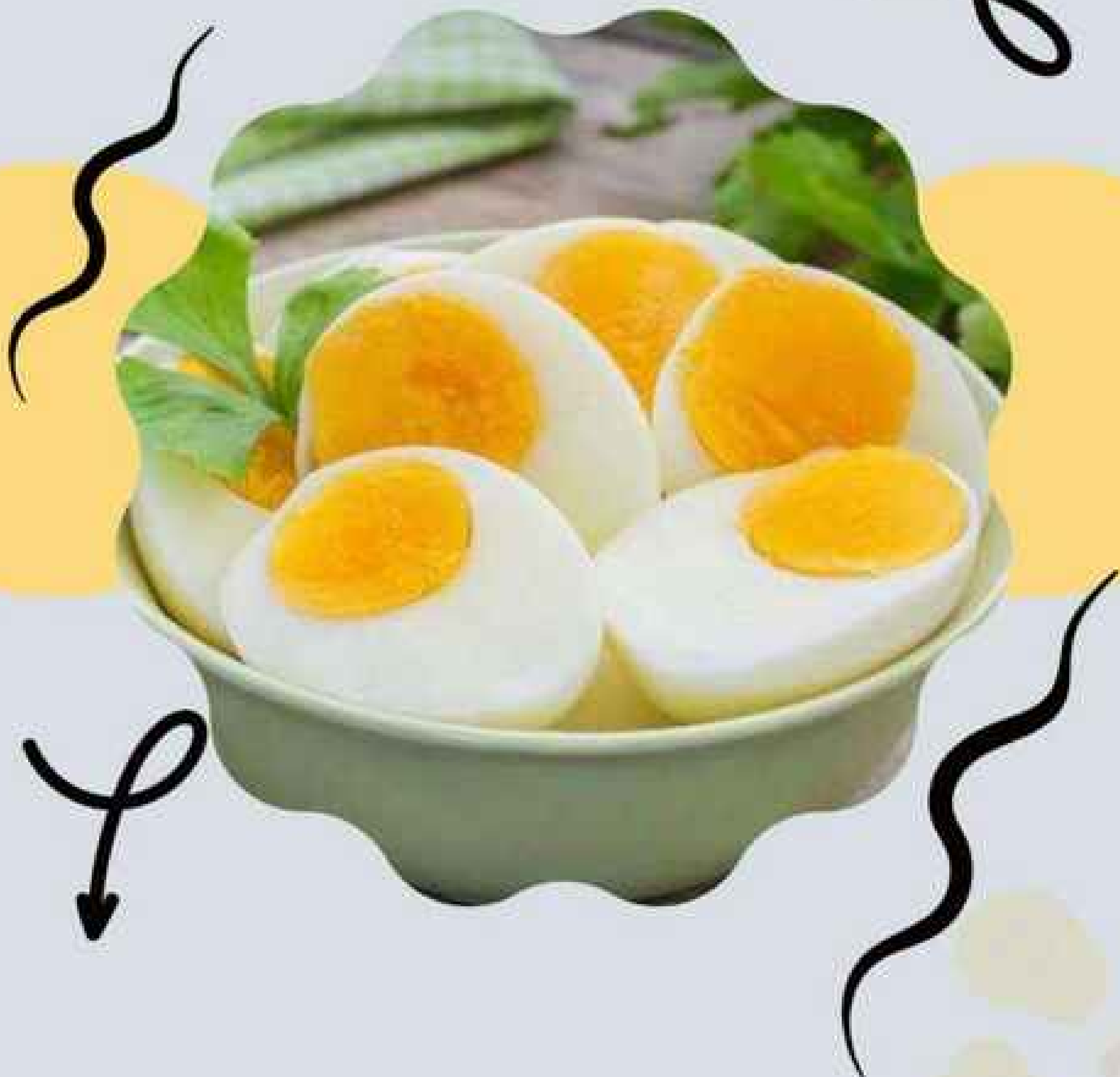
MENU MAKAN SIANG

- * 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

