



**LAPORAN AKTUALISASI**  
**Pelatihan Dasar Calon Pegawai Negeri Sipil**  
**Angkatan II Tahun 2019**

**Optimalisasi Pemberian Informasi Gizi pada**  
**Jamuan Makanan di Alat Kelengkapan Dewan**

Disusun oleh:

Nama : Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NDH : 26  
Instansi : Sekretariat Jenderal dan Badan Keahlian DPR RI

**PUSAT PENDIDIKAN DAN PELATIHAN**  
**SEKRETARIAT JENDERAL DAN BADAN KEAHLIAN**  
**DEWAN PERWAKILAN RAKYAT**  
**REPUBLIK INDONESIA**  
**2019**

## LEMBAR PERSETUJUAN

### Laporan Aktualisasi Pelatihan Dasar CPNS Golongan III Angkatan II – 2019

Judul : Optimalisasi Pemberian Informasi Gizi pada Jamuan  
Makanan di Alat Kelengkapan Dewan  
Nama : Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP : 19960116 201903 2 001  
NDH : 26  
Golongan/Pangkat : Penata Muda / III-a  
Jabatan : Nutrisionis Pertama  
Instansi : Sekretariat Jenderal dan Badan Keahlian DPR RI

Jakarta, 3 September 2019

*Coach,*



Agus Supriyono, S.S., M.A.P.  
19690208 200312 1 003

*Mentor,*



Bambang Soleh Zulfikar, SKM  
19710415 199403 1 002

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan laporan aktualisasi berjudul "Optimalisasi Pemberian Informasi Kandungan Gizi pada Jamuan Makanan di Alat Kelengkapan Dewan".

Penyusunan laporan ini dapat terselesaikan karena adanya bantuan, bimbingan, dorongan, saran, dan nasehat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Ibu Dr. Rahaju Setya Wardani, S. H., M. M., selaku Kepala Pusat Pendidikan dan Pelatihan.
2. Ibu dr. Dian Handyani, selaku Kepala Bagian Pelayanan Kesehatan.
3. Bapak Bambang Soleh Zulfikar, SKM, selaku mentor sekaligus Kepala Subbagian Pelayanan Medik.
4. Bapak Agus Supriyono S.S., M.A.P., selaku *coach*.

Laporan ini menyajikan tentang kegiatan yang dilakukan oleh penulis sebagai Nutrisionis di Bagian Pelayanan Kesehatan Sekretariat Jenderal dan Badan Keahlian DPR RI dalam mengaktualisasikan nilai-nilai dasar profesi ASN, yakni Akuntabilitas, Nasionalisme, Etika Publik, Komitmen Mutu, dan Anti Korupsi serta Peran dan kedudukan ASN. Laporan ini diharapkan dapat memberi sumbangan pemikiran, memperkaya referensi dan literatur bagi pihak-pihak yang terkait.

Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih dan semoga apa yang penulis susun dalam laporan ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Jakarta, 3 September 2019

Nurfaida Pratiwiningrum

## DAFTAR ISI

Halaman Sampul .....	i
Lembar Persetujuan .....	ii
Kata Pengantar .....	iii
Daftar Isi .....	iv
Daftar Gambar .....	v
Daftar Tabel .....	vi
BAGIAN I	
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan .....	12
C. Manfaat .....	12
BAGIAN II	
A. Pelaksanaan Aktualisasi .....	13
B. Deskripsi Tahapan Kegiatan .....	17
C. <i>Stakeholder</i> .....	43
D. Analisis Dampak .....	44
E. <i>Time Schedule</i> .....	45
BAGIAN III	
A. Kesimpulan .....	46
B. Saran .....	46
BAGIAN IV	
Lampiran .....	47

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1.	Struktur Organisasi .....	3
Gambar 2.1.	Tahapan Kegiatan Aktualisasi .....	14
Gambar 2.2.	Kegiatan Aktualisasi Tahap 1 .....	17
Gambar 2.3.	Aplikasi Nutrisurvey ter-install .....	18
Gambar 2.4.	Tampilan Nutrisurvey .....	18
Gambar 2.5.	Tampilan Memobird .....	19
Gambar 2.6.	Ruang "Create a new note" Memobird .....	20
Gambar 2.7.	Ruang "Drafts" Memobird .....	21
Gambar 2.8.	Memobird <i>Thermal Printer</i> .....	21
Gambar 2.9.	Papan <i>display</i> Informasi Gizi .....	23
Gambar 2.10	Kondisi Penyimpanan Papan <i>Display</i> Informasi Gizi .....	23
Gambar 2.11.	Kegiatan Aktualisasi Tahap 2 .....	24
Gambar 2.12.	Format Bukti Tanda Terima Barang .....	25
Gambar 2.13.	Contoh Daftar Menu .....	26
Gambar 2.14.	Kegiatan Aktualisasi Tahap 3 .....	28
Gambar 2.15.	Hasi perhitungan Nutrisurvey .....	29
Gambar 2.16.	Tampilan Teks Informasi Gizi Siap Cetak .....	30
Gambar 2.17.	Informasi Gizi Tercetak .....	30
Gambar 2.18.	Informasi Kandungan Gizi .....	31
Gambar 2.19.	Kegiatan Aktualisasi Tahap 4 .....	34
Gambar 2.20.	Komposisi Gizi Seimbang .....	38

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1.	Kondisi Saat Ini .....	9
Tabel 1.2.	Teknik Analisis USG .....	10
Tabel 2.1.	Rancangan Aktualisasi .....	15
Tabel 2.2.	Keterkaitan Substansi ASN pada Tahap 1 .....	24
Tabel 2.3.	Keterkaitan Substansi ASN pada Tahap 2 .....	27
Tabel 2.4.	Keterkaitan Substansi ASN pada Tahap 3 .....	32
Tabel 2.5.	Keterkaitan Substansi ASN pada Tahap 4 .....	41
Tabel 2.6.	<i>Stakeholder</i> .....	43
Tabel 2.7.	Analisis Dampak .....	44
Tabel 2.8.	<i>Time Schedule</i> .....	45

## **BAGIAN I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG**

##### **a) Aparatur Sipil Negara**

Pegawai Negeri Sipil (PNS) adalah salah satu Aparatur Sipil Negara (ASN) yang memiliki peranan penting dalam menjalankan tugas-tugas umum pemerintahan. Selain itu, PNS juga memiliki peranan penting dalam mewujudkan tujuan negara sebagaimana tercantum dalam pembukaan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia 1945. Berdasarkan UU Nomor 5 Tahun 2014 tentang ASN, pegawai ASN memiliki peranan penting dalam penyelenggaraan pemerintahan yang berfungsi sebagai : (1) Pelaksana Kebijakan Publik; (2) Pelayan Publik; (3) Perekat dan Pemersatu Bangsa.

Merujuk Pasal 63 ayat (3) dan ayat (4) Undang-Undang No. 5 Tahun 2014 tentang Aparatur Sipil Negara, PNS wajib menjalani masa percobaan yang dilaksanakan melalui jalur Pendidikan dan Pelatihan (Diklat). Diklat ini dilaksanakan dalam rangka membentuk nilai-nilai dasar profesi PNS yang tergabung dalam ANEKA (Akuntabilitas, Nasionalisme, Etika Publik, Komitmen Mutu dan Anti Korupsi). Nilai-nilai dasar ini akan berperan dalam membentuk karakter PNS yang berintegritas serta profesional dalam memberikan pelayanan terhadap masyarakat, sehingga memungkinkan peserta mampu menginternalisasi, menerapkan, serta membuatnya menjadi kebiasaan (habitiasi).

##### **b) Profil Organisasi**

###### **a. Biro Kepegawaian dan Organisasi**

Biro Kepegawaian dan Organisasi sebagai unsur organisasi Sekretariat Jenderal DPR RI dibawah Deputi Bidang Administrasi yang memiliki tugas dan fungsi memberikan dukungan terkait

tugas dan fungsi DPR RI di bidang legislasi, anggaran, dan pengawasan. Posisi Biro Kepegawaian dan Organisasi strategis dalam memberi dukungan perencanaan dan pengelolaan sumber daya manusia, pelaksanaan administrasi keanggotaan dewan, penataan organisasi, serta pengelolaan pelayanan kesehatan.

Tugas pokok dan fungsi Biro Kepegawaian dan Organisasi berdasarkan Peraturan Sekretaris Jenderal DPR RI nomor 6 tahun 2015 tentang Organisasi dan Tata Kerja Sekretariat Jenderal DPR RI sebagaimana diubah dengan Peraturan Sekretaris Jenderal DPR RI nomor 2 tahun 2016 "Biro Kepegawaian dan Organisasi bertugas dalam pengelolaan manajemen kepegawaian, pelaksanaan administrasi keanggotaan dan kesekretariatan fraksi, penataan organisasi dan tata laksana, serta pengelolaan pelayanan kesehatan".

- Penyusunan dan evaluasi rencana strategis Biro Kepegawaian dan Organisasi
- Penyusunan dan evaluasi program kerja tahunan Biro Kepegawaian dan Organisasi
- Penyusunan dan evaluasi rencana kegiatan dan anggaran Biro Kepegawaian dan Organisasi
- Koordinasi dan pembinaan terhadap pelaksanaan tugas unit organisasi di lingkungan Biro Kepegawaian dan Organisasi
- Penyiapan bahan penyusunan kebijakan teknis di bidang kepegawaian dan organisasi
- Pelaksanaan kebijakan teknis di bidang kepegawaian dan organisasi
- Pengelolaan manajemen kepegawaian
- Pelaksanaan dukungan administrasi keanggotaan dan kesekretariatan fraksi
- Pelaksanaan penataan organisasi dan tata laksana
- Pengelolaan pelayanan kesehatan

- Pelaksanaan analisis kepegawaian
- Pelaksanaan kegiatan lain yang ditugaskan oleh Deputi Bidang Administrasi
- Penyusunan laporan kinerja Biro Kepegawaian dan Organisasi
- Pelaporan pelaksanaan tugas dan fungsi kepada Deputi Bidang Administrasi

Setjen dan BK DPR RI memiliki visi “Terwujudnya Sekretariat Jenderal dan Badan Keahlian yang professional, andal, dan akuntabel dalam mendukung fungsi DPR RI”. Untuk mewujudkan visi tersebut, disusun 7 langkah utama. Dari langkah tersebut Biro Kepegawaian dan Organisasi sesuai dengan tugas pokok dan fungsinya mendukung misi utama nomor 1 yaitu “Memberikan dukungan di bidang administrasi yang professional dan andal”.

#### Visi

*Terwujudnya sumber daya manusia yang profesional dan berkualitas, dalam organisasi Sekretariat Jenderal yang efektif, efisien dan akuntabel dengan administrasi keanggotaan dan kesekretariatan fraksi, dan pelayanan kesehatan yang optimal.*

#### Misi

*Penataan manajemen sumber daya manusia, administrasi keanggotaan Dewan dan kesekretariatan fraksi, kelembagaan dan ketatalaksanaan, serta pelayanan kesehatan.*



Gambar 1.1. Struktur Organisasi

b. Bagian Pelayanan Kesehatan

Bagian Pelayanan Kesehatan memiliki tugas melaksanakan urusan pelayanan kesehatan di lingkungan DPR RI, Sekretariat Jenderal, dan Badan Keahlian yang terdiri dari:

- Sub-bagian Pelayanan Medik mempunyai tugas melaksanakan pelayanan kesehatan di lingkungan DPR RI, Sekretariat Jenderal dan Badan Keahlian
- Sub-bagian Tata Usaha mempunyai tugas melaksanakan kegiatan tata usaha Bagian Pelayanan Kesehatan
- Kelompok Jabatan Fungsional/Tenaga Medis dan Paramedis (Dokter, Perawat, Pranata Laboratorium, Perekam Medis, Apoteker, Asisten Apoteker, Pramu Kartu, dsb)

Adapun salah satu peran Biro Kepegawaian dan Organisasi yaitu memberikan pelayanan kesehatan meliputi:

- Pelayanan Medis (Anggota dewan dan keluarga, karyawan dan keluarga, tenaga ahli dan asisten anggota) berupa pemeriksaan fisik, pemeriksaan laboratorium, dan pengobatan
- Pengadaan obat-obatan
- Pengadaan alat-alat kesehatan dan sarana penunjang kesehatan (*Disposable, diamond boor, kertas ECG, object glass, Deglass, Tabung Sentrifuge, Stetoscope, Tensimeter* dll)
- Pembangunan/pengembangan database pasien yang menghasilkan Program *Medical Record*

Visi

*Menjadikan Pelayanan Kesehatan yang profesional, bermutu, aman, cepat, tepat, dan nyaman di lingkungan Setjen DPR RI.*

Bagian Pelayanan Kesehatan memberikan pelayanan kesehatan yang optimal dilakukan oleh tenaga kesehatan yang senantiasa mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, santun dan ramah dalam melayani ditunjang oleh alat-alat kesehatan yang akurat dan terkini, serta lingkungan yang bersih dan nyaman.

### Misi

1. *Mewujudkan derajat kesehatan yang optimal di lingkungan Seretariat Jenderal DPR RI melalui pencegahan, pengobatan, pemulihan, dan pemeliharaan kesehatan secara menyeluruh sesuai dengan peraturan/ketentuan perundang-undangan*
2. *Mewujudkan tenaga kesehatan yang profesional dan bermutu melalui pendidikan dan pelatihan bidang kesehatan yang berkesinambungan*
3. *Mewujudkan pelayanan kesehatan bermutu melalui sarana dan prasarana yang terkini dan akurat*

### c) Tugas dan Fungsi Nutrisionis

Tugas Nutrisionis adalah melaksanakan pelayanan di bidang gizi, makanan dan dietetik meliputi pengamatan, penyusunan program, pelaksanaan, dan penilaian gizi bagi perorangan maupun kelompok di lingkungan Setjen dan BK DPR RI. Adapun yang menjadi Satuan Kinerja Pegawai (SKP) Nutrisionis:

- 1) Menganalisis data gizi, makanan dan dietetik dan penunjangnya secara deskriptif dalam rangka menyusun rencana tahunan
- 2) Menganalisis data secara standar umum dalam rangka menyusun standar gizi, makanan dan dietetik
- 3) Menganalisis data pengamatan keadaan gizi, makanan dan dietetik secara deskriptif
- 4) Mengumpulkan data gizi, makanan dan dietetik serta penunjangnya untuk melaksanakan koordinasi kegiatan gizi, pemantauan dan penilaian kegiatan gizi, pembinaan kegiatan perbaikan gizi, makanan dan dietetik pada kegiatan kelompok sasaran tertentu, pencatatan dan pelaporan
- 5) Melakukan konsultasi diet khusus dengan satu komplikasi
- 6) Melakukan penyuluhan gizi/diet kelompok
- 7) Melakukan pemeriksaan pada penyediaan makanan biasa

- 8) Menyusun perencanaan diet sesuai penyakit dan preskripsi diet dengan 2 (dua) komplikasi
- 9) Mengevaluasi hasil kegiatan pelayanan gizi terhadap pengukuran TB, BB, umur pada akhir kegiatan secara analitik
- 10) Melakukan penilaian pemeriksaan penunjang meliputi laboratorium, klinik dll
- 11) Melakukan penilaian diet klien dalam tim kerja pada kunjungan keliling
- 12) Menganalisis data dalam rangka menyusun kebutuhan gizi, makanan dan dietetik individu

#### **d) Identifikasi Isu**

Makanan sehat adalah makanan yang higienis dan bergizi dan untuk memperolehnya diperlukan pengolahan makanan yang memenuhi syarat, penyiapan makanan yang benar dan distribusi yang sesuai. Makanan yang tidak dikelola dengan baik dan benar dapat berisiko menimbulkan dampak negatif seperti gangguan kesehatan dan keracunan akibat bahan kimia, mikroorganisme, tumbuhan atau hewan, dan dapat menimbulkan alergi.

Pengawasan keamanan makanan di lingkungan DPR RI sangat diperlukan karena instansi menyelenggarakan semua makanan yang dikonsumsi oleh karyawan dan para anggota DPR RI. Gangguan kesehatan yang terjadi menyebabkan tubuh lebih rentan terhadap infeksi, sehingga penjaminan keamanan makanan sangat diperlukan untuk menjaga kesehatan. Dalam sebuah penyelenggaraan makanan yang mengelola makanan dalam skala besar harus meningkatkan kualitas makanan, dari segi rasa, gizi maupun dari segi keamanan pangan.

##### **a. Kondisi Saat Ini**

Sebagai bagian dari Pelayanan Kesehatan yang memberikan pelayanan kesehatan optimal dilakukan oleh tenaga kesehatan, maka Nutrisi memberikan pelayanan di bidang gizi dan

makanan di lingkungan Setjen dan BK DPR RI. Tugas Nutrisi disebut poin 7 yaitu **melakukan pemeriksaan pada penyediaan makanan biasa** memiliki tugas:

- i. Melakukan pengecekan jamuan makanan di alat kelengkapan dewan yang sedang melaksanakan rapat
- ii. Melakukan inspeksi dan audit penyelenggaraan makanan di kantin Pujasera dan Risanti

Penyelenggaraan dalam skala besar perlu dilakukan analisis dan pemberian informasi makanan lebih lanjut. Dari poin (i) dimana konsumen adalah para anggota DPR RI, kami masih menemukan beberapa permasalahan yaitu:

- Belum optimalnya penilaian makanan pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan
- Belum ada sampel makanan yang disimpan dalam jangka waktu tertentu pada pengecekan jamuan makanan di alat kelengkapan dewan

Pada poin (ii) kami juga menghadapi permasalahan yaitu belum optimalnya perbaikan kebersihan area dan penyimpanan bahan makanan di kantin Risanti dan Pujasera dimana konsumennya adalah karyawan Setjen dan BK DPR RI. Oleh karena itu, kami mengambil permasalahan-permasalahan diatas untuk diangkat menjadi isu aktualisasi yang diharapkan dapat dilakukan perbaikan dan memberi sumbangan pemikiran, memperkaya referensi dan literatur bagi pihak-pihak terkait.

#### **b. Kondisi Yang Diharapkan**

Permasalahan yang ditimbulkan dari poin 7 beserta saran dan solusi dapat dijabarkan sebagai berikut:

##### **i. Belum optimalnya penilaian makanan pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan**

Komisi DPR RI adalah alat kelengkapan Dewan Perwakilan Rakyat yang bersifat tetap. Dalam melaksanakan tanggung

jawabnya, setiap komisi dan badan melakukan kegiatan rapat kerja dimana kegiatan tersebut tidak lepas dari penyelenggaraan makanan. Tugas Nutrisi adalah melakukan pengecekan makanan, snack, dan minuman yang disediakan dalam rapat tersebut serta melakukan evaluasi kepada penyelenggara makanan mengenai komposisi dan kelayakan menu makanan yang disediakan. Hasil pengecekan dan pengamatan kegiatan penyelenggaraan makanan diatas kemudian dijabarkan lebih lanjut yaitu diberikan label informasi kandungan gizi dalam setiap porsi makanan yang disajikan yang bertujuan untuk memberikan informasi kandungan makanan yang harapannya agar sasaran lebih bijak dalam memilih makanan dan dilakukan evaluasi kepada pihak catering berupa pemberian saran pada master menu yang bertujuan agar pihak catering dapat memberikan menu yang tepat sesuai prinsip gizi.

**ii. Belum adanya sampel makanan yang disimpan dalam jangka waktu tertentu pada pengecekan jamuan makanan di alat kelengkapan dewan**

Salah satu alasan pentingnya pemantauan higiene dan sanitasi makanan di adalah karena selama proses produksi, makanan memiliki peluang terjadinya pencemaran yang dapat membahayakan konsumen. Pencemaran misalnya kontaminasi silang yang terjadi dari pekerja yang kurang menjaga kebersihan diri serta kebersihan alat yang kurang terjaga dan pencemaran yang diakibatkan oleh bahan kimia, mikroorganisme, tumbuhan, atau hewan. Pengawasan keamanan makanan di lingkungan DPR RI sangat diperlukan karena instansi menyelenggarakan makanan yang dikonsumsi oleh para anggota DPR RI. Penyelenggara

makanan yang mengelola makanan harus meningkatkan kualitas makanan, dari segi rasa, gizi maupun dari segi keamanan pangan. Pemeriksaan makanan, alat makan, dan peralatan masak untuk meminimalkan terjadinya kontaminasi mikroba yang menimbulkan risiko gangguan kesehatan.

iii. **Belum optimalnya perbaikan kebersihan area dan penyimpanan bahan makanan di kantin Risanti dan Pujasera**

Penyelenggaraan makanan di lingkungan Setjen DPR juga terdapat di kantin Pujasera dan Risanti. Tugas Nutrisisionis yaitu melakukan inspeksi dan audit penyelenggaraan makanan di kantin Pujasera dan Risanti setiap 3 bulan sekali dan 1 kali kunjungan audit. Hasil inspeksi kegiatan penyelenggaraan makanan di kantin Pujasera akan disampaikan kepada pihak penyelenggara makanan. Apabila ditemukan isu terkait kesehatan, maka Bagian Pelayanan Kesehatan berkoordinasi dengan Dharmawanita dan Koperasi Pegawai Setjen DPR RI sebagai wadah yang menaungi kantin Pujasera dan Risanti, serta memberikan saran membangun yang diharapkan untuk dilakukan perbaikan. Hal-hal yang diamati yaitu ruang dapur, meja persiapan bahan makanan, lantai dapur dan ruang makan, saluran air, penyimpanan alat makan dan bahan makanan, alat penyimpanan bahan makanan dan minuman, alat masak, tempat sampah, tempat cuci tangan di dapur dan ruang makan, tempat cuci alat masak.

Tabel 1.1. Kondisi Saat Ini

Kondisi Saat Ini	Harapan
Belum optimalnya penilaian makanan pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan	Optimalnya penilaian makanan dengan pemberian informasi nilai gizi disertai <b>perbaikan master menu</b> sebagai acuan pemeriksaan kandungan gizi sehingga meminimalisir berlebihan asupan zat gizi tertentu

Belum adanya sampel makanan yang disimpan dalam jangka waktu tertentu pada pengecekan jamuan makanan di alat kelengkapan dewan	Adanya sampel makanan dan disimpan di tempat penyimpanan yang sesuai dalam jangka waktu tertentu sebagai alat pengawasan terhadap kualitas makanan dan sebagai konfirmasi terhadap pemeriksaan makanan apabila terjadi hal-hal yang tidak diinginkan yang ditimbulkan dari makanan seperti keracunan
Belum optimalnya perbaikan kebersihan area dan penyimpanan bahan makanan di kantin Risanti dan Pujasera	Optimalnya penyelenggaraan makanan di kantin dengan dilakukannya sertifikasi higiene dan sanitasi pada setiap <i>counter</i> sebagai upaya kesehatan dengan cara memelihara dan melindungi kebersihan lingkungan dan bahan makanan agar tidak terpapar cemaran dari luar

#### d) Teknik Analisis USG

Dari masalah-masalah diatas dilakukan teknik analisis isu dengan *Urgency-Seriousness-Growth* (USG). Teknik USG merupakan cara menyusun urutan prioritas yang harus diselesaikan. Caranya dengan menentukan tingkat urgensi, keseriusan, dan perkembangan isu dengan menentukan skala nilai 1 hingga 5. Isu yang memiliki total skor tertinggi merupakan isu prioritas.

Tabel 1.2. Teknik Analisis USG

No	Isu	Nilai			Total	Prioritas
		U	S	G		
1.	Belum optimalnya penilaian makanan pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan	5	4	5	14	1
2.	Belum adanya sampel makanan yang disimpan dalam jangka waktu tertentu pada pengecekan jamuan makanan di alat kelengkapan dewan	4	5	4	13	2
3.	Belum optimalnya perbaikan kebersihan area dan penyimpanan bahan makanan di kantin Risanti dan Pujasera	3	3	3	9	3

Dari analisis tabel USG diatas, didapatkan bahwa isu yang dapat diangkat dan menjadi prioritas adalah isu nomor 1 yaitu **belum**

**optimalnya penilaian makanan pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan.** Berikut alasan-alasan yang mendasari diangkatnya isu tersebut:

➤ *Urgency*

*Urgency* berkaitan dengan mendesaknya waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah tersebut. Semakin mendesak suatu masalah untuk diselesaikan maka semakin tinggi tingkat urgensi masalah tersebut. Kegiatan rapat kerja anggota dewan hampir berlangsung setiap hari sementara jamuan selalu disediakan berupa *snack*, minuman, maupun makan besar. Oleh karena itu, kecermatan dan ketepatan memilih makanan yang sehat menjadi hal yang sangat penting dan perlunya ketersediaan menu yang memenuhi prinsip gizi baik.

➤ *Seriousness*

*Seriousness* berkaitan dengan dampak dari adanya masalah tersebut terhadap organisasi. Dampak ini terutama yang menimbulkan kerugian bagi organisasi seperti dampaknya terhadap produktivitas, keselamatan jiwa manusia, sumber daya atau sumber dana. Semakin tinggi dampak masalah tersebut terhadap organisasi maka semakin tinggi tingkat serius masalah tersebut. Makanan memengaruhi daya tahan tubuh dan bagaimana cara tubuh berfungsi. Pemilihan jenis dan porsi makanan yang salah dapat menimbulkan konsekuensi kesehatan yang apabila tidak segera diperbaiki dapat mengancam produktivitas kerja yang mempengaruhi *output* organisasi.

➤ *Growth*

*Growth* berkaitan dengan pertumbuhan masalah. Semakin cepat berkembang masalah tersebut maka semakin tinggi tingkat pertumbuhannya. Suatu masalah yang cepat

berkembang tentunya makin prioritas untuk diatasi permasalahan tersebut. Produktivitas kerja dan kesehatan tubuh sangat bergantung pada asupan gizi yang tepat dalam jangka panjang. Pola makan buruk meningkatkan risiko terhadap sejumlah penyakit kronis yang lambat laun terlihat dari menurunnya produktivitas kerja.

#### e) Gagasan Pemecahan Isu

Berdasarkan prioritas isu yang diangkat yaitu **belum optimalnya penilaian makanan pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan**, maka kami mencoba melakukan optimalisasi kegiatan yang bertujuan sebagai acuan pemeriksaan kandungan gizi sehingga diharapkan meminimalisir berlebihan asupan zat gizi tertentu dengan cara pemberian informasi nilai gizi pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan yang disertai **perbaikan master menu** kepada pihak penyelenggara makanan yaitu *catering* yang bersangkutan.

### B. TUJUAN

1. Memberikan informasi kandungan gizi pada setiap menu makanan di alat kelengkapan dewan.
2. Memberikan saran perbaikan master menu apabila diperlukan kepada *catering*.

### C. MANFAAT

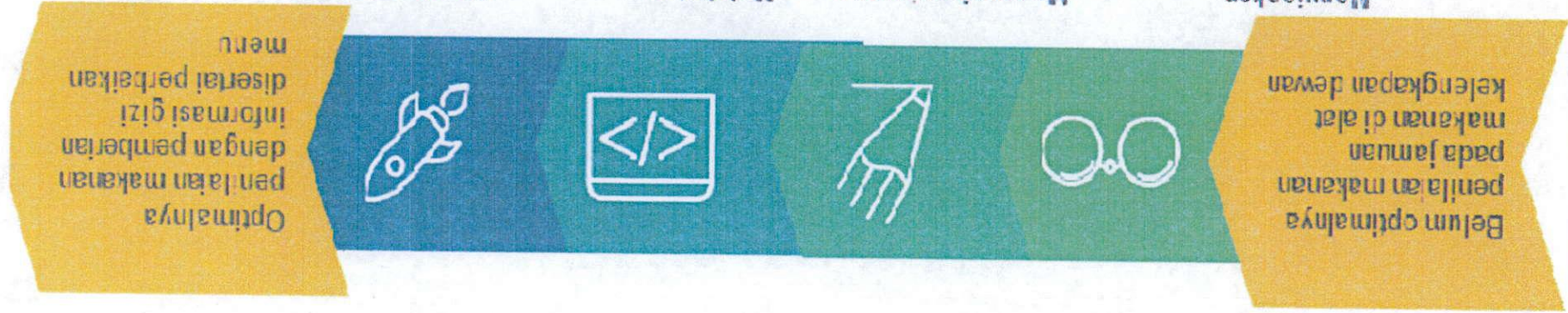
1. Sebagai acuan dalam pemeriksaan variasi makanan beserta kandungannya sehingga diharapkan dapat meminimalisir berlebihan asupan zat gizi tertentu.
2. Sebagai salah satu petunjuk dalam pemilihan makanan yang tepat untuk mengurangi risiko penyakit kronis yang ditimbulkan dari pola makan yang pada akhirnya mengancam produktivitas kerja.

## BAGIAN II

### PELAKSANAAN AKTUALISASI

#### A. RANCANGAN AKTUALISASI

- Unit Kerja : Bagian Pelayanan Kesehatan
- Identifikasi Isu : 1. Belum optimalnya penilaian makanan pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan
2. Belum adanya sampel makanan yang disimpan dalam jangka waktu tertentu pada pengecekan jamuan makanan di alat kelengkapan dewan
3. Belum optimalnya perbaikan kebersihan area dan penyimpanan bahan makanan di kantin Risanti dan Pujasera
- Isu yang Diangkat : Belum optimalnya penilaian makanan pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan (isu nomor 1)
- Gagasan Pemecahan Isu : Pemberian informasi nilai gizi pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan yang disertai **perbaikan master menu** kepada pihak *catering*.



Gambar 2.1. Tahapan Kegiatan Aktualisasi

- Menyajikan peralatan dan bahan**
1. Mengingat aplikasi komputer di dalam jamco
  2. Mengingat aplikasi Memoirs ter-install di android
  3. Menyiapkan master printer dari kertas roll
  4. Menyiapkan paper display untuk menampilkan informasi kandungan gizi
- Mengunjungi ruang makan setiap komisi yang melaksanakan rapat**
1. Meminta kesediaan dengan alat pengkapan dengan untuk memberikan paper display kandungan gizi
  2. Menggeser data menu makanan dari catering
- Melakukan pengecekan, dan perhitungan, dan mencatat informasi kandungan gizi**
1. Memasukkan nama makan makanan dan estimasi makanan per port aplikasi
  2. Memasukkan hasil perhitungan ke aplikasi Memoirs
  3. Menghubungkan android dengan thermal printer untuk mencetak kandungan gizi
  4. Menempatkan pada paper display informasi gizi
- Membuat saran perbaikan master menu**
1. Menyiapkan rekap perhitungan kandungan gizi
  2. Menentukan bahan makanan master menu apabila diperlukan

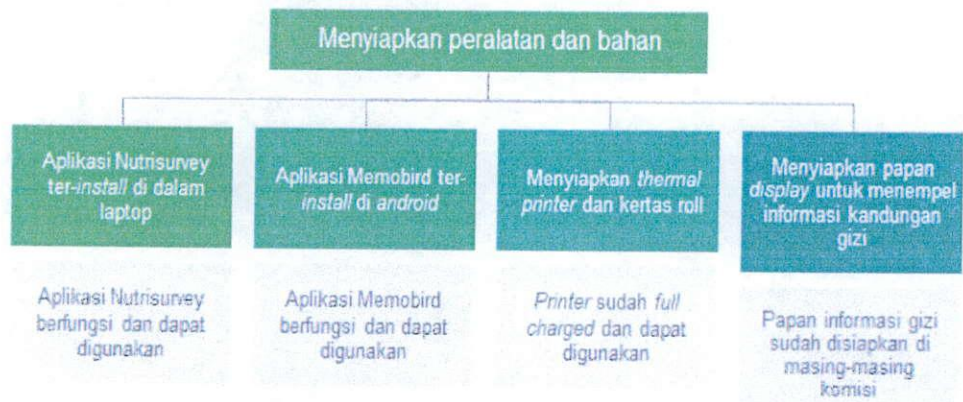
Tabel 2.1. Rancangan Aktualisasi

No	Kegiatan	Tahapan Kegiatan	Output/Hasil	Keterkaitan Substansi Mata Pelatihan	Kontribusi Terhadap Visi Misi Organisasi	Penguatan Nilai Organisasi
1	Menyiapkan peralatan dan bahan	1.1. Menginstall aplikasi Nutrisurvey di dalam laptop 1.2. Menginstall aplikasi Memobird ter-install di android 1.3. Menyiapkan <i>thermal printer</i> dan kertas roll 1.4. Menyiapkan papan <i>display</i> untuk menempel informasi kandungan gizi	1.1. Aplikasi Nutrisurvey berfungsi dan dapat digunakan 1.2. Aplikasi Memobird berfungsi dan dapat digunakan 1.3. <i>Printer</i> sudah <i>full charged</i> dan dapat digunakan 1.4. Papan informasi gizi sudah disiapkan di masing-masing komisi	Nilai Dasar ASN: 1. Akuntabilitas 2. Nasionalisme 3. Etika Publik 4. Komitmen Mutu  Peran dan Kedudukan: 1. Pelayanan Publik 2. Manajemen ASN 3. <i>Whole of Government</i>  Nilai Organisasi: 1. Akuntabel 2. Profesional 3. Integritas	1. Mewujudkan derajat kesehatan yang optimal di lingkungan Seretariat Jenderal DPR RI melalui pencegahan, pengobatan, pemulihan, dan pemeliharaan kesehatan secara menyeluruh sesuai dengan peraturan/ketentuan perundang-undangan  2. Mewujudkan pelayanan kesehatan bermutu melalui sarana dan prasarana yang terkini dan	1. Akuntabel 2. Profesional 3. Integritas
2	Mengunjungi ruang makan setiap komisi yang melangsungkan rapat	2.1. Meminta kesepakatan dengan alat kelengkapan dewan untuk memberikan papan <i>display</i> kandungan gizi 2.2. Mengecek daftar menu makanan dari <i>catering</i>	2.1. Bukti serah terima papan <i>display</i> kandungan gizi  2.2. Terdapat daftar menu dari <i>catering</i> bersangkutan			

3	Melakukan pengecekan, perhitungan, dan mencetak informasi kandungan gizi	<p>3.1. Memasukkan nama bahan makanan dan estimasi beratnya per 1 porsi di aplikasi Nutrisurvey</p> <p>3.2. Memindahkan hasil perhitungan ke aplikasi Memobird</p> <p>3.3. Menghubungkan android dengan thermal printer untuk mencetak kandungan gizi</p> <p>3.4. Menempelkan pada papan <i>display</i> informasi gizi</p>	<p>3.1. Hasil perhitungan kandungan gizi muncul</p> <p>3.2. Hasil perhitungan tersalin ke aplikasi Memobird</p> <p>3.3. Informasi kandungan gizi tercetak lengkap dengan informasi jenis bahan makanan dan kandungan gizinya</p> <p>3.4. Informasi kandungan gizi tertempel tepat sesuai dengan bahan makanannya</p>		akurat	
4	Membuat saran perbaikan master menu	<p>4.1. Membuat rekap perhitungan kandungan gizi</p> <p>4.2. Memberikan saran perbaikan master menu apabila diperlukan</p>	<p>4.1. Laporan perhitungan kandungan gizi tercatat</p> <p>4.2. Perbaikan master menu yang ditujukan kepada <i>catering</i> bersangkutan</p>			

## B. DESKRIPSI TAHAPAN KEGIATAN

### 1) Menyiapkan peralatan dan bahan



Gambar 2.2. Kegiatan Aktualisasi Tahap 1

#### o Aplikasi Nutrisurvey ter-install

Nutrisurvey adalah sebuah *software* yang dibuat oleh Jurgen Erhardt dan Reiner Gross. *Software* yang peruntukannya *for non commercial use only* ini berguna untuk menganalisis zat gizi makanan dari menu atau survei konsumsi. Sumber resminya disajikan di situs [www.nutrisurvey.de](http://www.nutrisurvey.de). Nutrisurvey dikembangkan tahun 2005 dan versi terbaru keluar tahun 2007 dan kedua versi tersebut berbahasa Inggris.

#### 1) Membuka aplikasi Nutrisurvey

Nutrisurvey adalah program untuk menganalisis kandungan zat gizi bahan makanan. Nutrisurvey memuat bahan-bahan makanan beserta kandungan gizinya per 100 gram bahan makanan. Bahan makanan yang terdapat dalam Nutrisurvey dapat dilakukan penambahan, pengurangan, dan pengubahan rincian dari jenis bahan makanan. Nutrisurvey yang digunakan adalah Nutrisurvey 2007 for Windows.

INSTALL	23/01/2015 4:09	Text Document	3 KB
interview	27/12/1997 5:32	KMP - MPEG Mov...	53 KB
lebensmittel	20/12/2016 9:22	Text Document	2.363 KB
lm_info	03/01/2007 18:36	KMP - MPEG Mov...	0 KB
Nachstoff_Erhaltung	02/04/2007 23:23	KMP - MPEG Mov...	13 KB
noname	19/12/2016 22:45	Rich Text Format	1 KB
nutrisurvey	28/10/2007 16:18	Application	606 KB
rda.rcd	20/08/2016 1:10	RCD File	17 KB
readme	21/06/2005 13:41	Text Document	1 KB

Gambar 2.3. Aplikasi Nutrisurvey ter-install

- 2) Memasukkan nama bahan makanan yang hendak dilakukan perhitungan gizinya beserta estimasi beratnya per 1 porsi

The screenshot displays the NutriSurvey for Windows application. The main window has a menu bar (File, Edit, Calculations, Food, Extras, Help) and a toolbar. Below the menu bar, there are dropdowns for 'Females 19-24 years', 'FAO-WHO', 'Portion', and '1 Days'. The main table has columns: Food, Amount, kcal, protein, fat, carbohydrate, Sugar, dietary, sucrose, sat. FA, PUFA, cholesterol, Vit. A, and carotene. The first row is filled with 'ayam goreng', '100', '294,7', '37,4', '14,7', '0,6', and '80,0'. A red box highlights the 'Food' and 'Amount' columns. On the right, a 'Display options' panel is visible, showing a list of nutrients and their corresponding values for the entered food item. The panel is also highlighted with a red box.

Food	Amount	kcal	protein	fat	carbohydrate	Sugar	dietary	sucrose	sat. FA	PUFA	cholesterol	Vit. A	carotene
ayam goreng	100	294,7	37,4	14,7	0,6							80,0	

Display options:

nutrient	value
energy	294,7 kcal
protein (50%)	37,4 g
fat (40%)	14,7 g
carbohydrate (10%)	0,6 g
Sugar total	- g
dietary fiber	- g
sucrose	- g
sat. FA	- g
PUFA	- g
cholesterol	- mg
Vit. A	- ug
carotene	80,0 ug
Vit. E (equiv.)	- ug
Vit. D	- ug
Vit. B1	0,1 mg
Vit. B2	- mg
niacinequiv.	- mg
pantoic acid	- mg
Vit. B6	- mg
tot. fol. acid	- ug
Vit. C	- mg
sodium	- mg
potassium	- mg
calcium	108,0 mg
magnesium	- mg
phosphorus	236,0 mg
iodine	- ug
iron	6,8 mg
zinc	- mg
Vit. B12	- ug

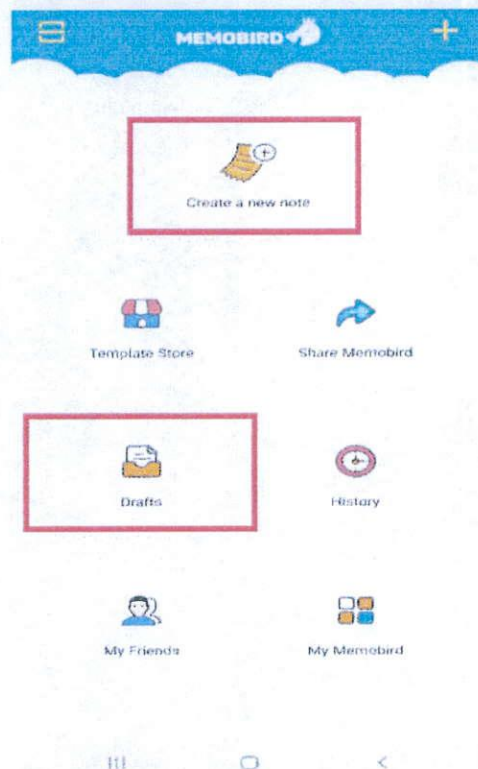
Gambar 2.4. Tampilan Nutrisurvey

Pada kolom kiri yang ditandai kotak berwarna merah adalah kolom yang harus diisi yang memuat kolom "Food" untuk menuliskan jenis bahan makanan dan kolom "Amount" untuk menuliskan estimasi berat bahan makanan yang ingin diketahui dalam satuan gram. Kolom paling kanan yang ditandai kotak berwarna merah

merupakan kolom "Total analysis" yang memuat hasil perhitungan nilai gizi sesuai dengan bahan makanan yang diinput. Pada gambar diatas dicontohkan bahan makanan yang ingin diketahui adalah ayam goreng dengan estimasi berat sebesar 100 gram (1 potong) kemudian hasil analisis menunjukkan kandungan gizi makro dan mikro dalam 1 potong ayam goreng. Informasi hasil perhitungan gizi tersebut yang kemudian akan dicetak melalui Memobird.

- Aplikasi Memobird ter-install

Memobird adalah sebuah produk printer *mobile*. Produk ini mampu mencetak pesan, gambar, daftar, dan lainnya langsung dari *smartphone* pengguna. Aplikasi Memobird harus ter-install di android agar dapat dihubungkan dengan Memobird *thermal printer*.

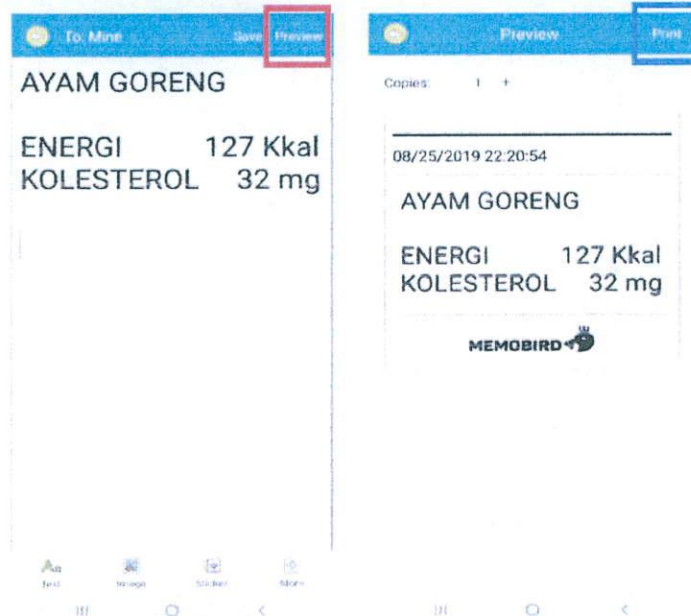


Gambar 2.5. Tampilan Memobird

Aplikasi Memobird dapat diunduh melalui Google Play Store secara gratis melalui *smartphone* berbasis android dan App Store untuk iPhone. Setelah mengunduh aplikasi Memobird, maka langkah

selanjutnya adalah membuat akun yang memerlukan data nomor telepon pengguna. Bagian-bagian aplikasi Memobird yang digunakan dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:

- "Create a new note" merupakan ruang untuk menuliskan teks atau informasi nilai gizi.



Gambar 2.6. Ruang "Create a new note" Memobird

Gambar kiri menunjukkan informasi nilai gizi yang tertulis yang informasi diperoleh melalui hasil perhitungan Nutrisurvey. Pada ruang tersebut terdapat *button* "Preview" di sebelah kanan atas untuk melihat hasil sebelum dilakukan pencetakan seperti yang ditunjukkan pada gambar sebelah kanan. Hasil *preview* juga memuat informasi tanggal dan waktu pencetakan informasi di bagian atas.

- "Drafts" merupakan ruang penyimpanan informasi-informasi nilai gizi yang telah dibuat sebelumnya. Dengan adanya *drafts* akan sangat membantu pada pencetakan selanjutnya apabila ditemui menu serupa karena tidak perlu dilakukan penghitungan ulang melalui Nutrisurvey.

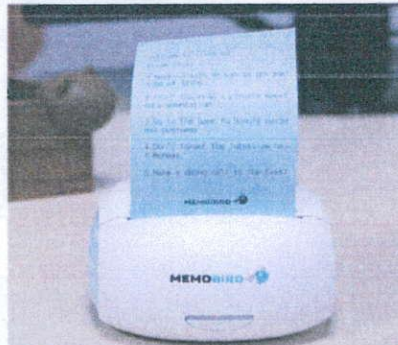
Drafts			
2019/07/25 10:29	2019/07/25 10:28	2019/07/25 10:28	2019/07/25 10:28
101	100	99	98
SOTO MIE	SOTO LAMONGAN	SOTO KUDUS	SOTO P
ENERGI 120 Kkal	ENERGI 122 Kkal	ENERGI 85 Kkal	ENERGI 85 Kkal
KOLESTEROL 20 mg	KOLESTEROL 18 mg	KOLESTEROL 20 mg	KOLESTEROL 20 mg

Gambar 2.7. Ruang "Drafts" Memobird

Ruang *drafts* memuat informasi nilai gizi yang telah disimpan beserta informasi waktu dan tanggal pembuatan informasi, serta jumlah penyimpanan. Pada gambar diatas menu Soto Mie merupakan penyimpanan ke-101. Untuk melihat hasil penyimpanan sebelumnya, *screen* dapat digeser ke kiri.

o *Thermal printer*

Printer *thermal* adalah merupakan printer yang biasanya digunakan sebagai printer untuk kasir pembelanjaan dan mesin fax. Proses pencetakan printer *thermal* ini menggunakan gulungan kertas.



Gambar 2.8. Memobird Thermal printer

Printer ini dibekali koneksi *bluetooth* sehingga dapat terhubung ke perangkat *mobile* seperti *smartphone*, tablet, dan laptop yang mempunyai koneksi *bluetooth*. Memobird Printer *thermal bluetooth* ini bekerja dengan cara *thermal*. Printer ini digunakan juga untuk mencetak secara langsung dari *smartphone* melalui koneksi *bluetooth*. Bagian kertas yang akan ditulis melalui proses pemanasan, sehingga membentuk tulisan hitam sehingga cocok digunakan untuk mencetak kertas resep atau informasi singkat nilai

gizi. Berikut rincian spesifikasi Memobird Thermal Printer yang digunakan dalam tahapan ini:

Printing Method	Thermal
Paper Width	57mm
Printing Speed	Up to 70mm/sec
Font Type	Resolution: 8 dots/mm (203dpi)
Power Supply	5V DC/2A
	Power: 10W
	Working Temp: 0-50 C
Dimension	114 x 89 x 64mm
Others	Connection: Bluetooth, Wifi

Desain printer *thermal portable* yang ditawarkan Memobird ini menjadi pembeda dari printer thermal lainnya karena memiliki ukuran yang kecil dan ringan yaitu berat 500 gram (0,5 kg) sehingga memudahkan untuk dibawa. Berikut langkah-langkah pencetakan menggunakan *thermal printer*:

- 1) Buka *cover* atas printer untuk memasukkan kertas roll thermal
  - 2) Masukkan kertas rol thermal ke dengan posisi sesuai petunjuk
  - 3) Tarik ujung kertas hingga melewati batas *cover* atas printer, kemudian tutup kembali *cover* atas printer
  - 4) Pasang semua kabel USB yang harus terhubung dengan printer
  - 5) Nyalakan printer dengan tombol On
  - 6) Aktifkan koneksi WiFi pada *thermal printer* untuk menghubungkan aplikasi di android dengan *thermal printer*
  - 7) Memilih informasi nilai gizi yang ingin dicetak
  - 8) Menekan *button* "Print" di sebelah kanan atas seperti gambar 2.7. yang diberi tanda kotak berwarna biru
  - 9) Informasi tercetak
- Papan informasi gizi
 

Berupa papan *display* kecil berwarna hitam berbahan plastik yang akan digunakan untuk menempelkan informasi gizi yang sudah tercetak. Nantinya setelah informasi gizi tercetak dan terpasang di papan kemudian papan *display* diletakkan disetiap menu makanan.



Gambar 2.9. Papan *display* informasi gizi

Papan *display* informasi gizi ini diletakkan di setiap ruang makan alat kelengkapan dewan sejumlah 10 buah. Kelemahan menggunakan papan ini yaitu bahannya yang terbuat dari plastik dan juga belum ada tempat penyimpanan khusus untuk papan ini di setiap ruang makan alat kelengkapan dewan sehingga memungkinkan papan patah apabila terbebani barang berat seperti yang ditunjukkan gambar 2.10. Untuk mengurangi kerusakan tersebut, maka selama ini papan hanya disimpan dan diletakkan di kotak kardus setelah selesai digunakan.



Gambar 2.10. Kondisi Penyimpanan Papan *Display*

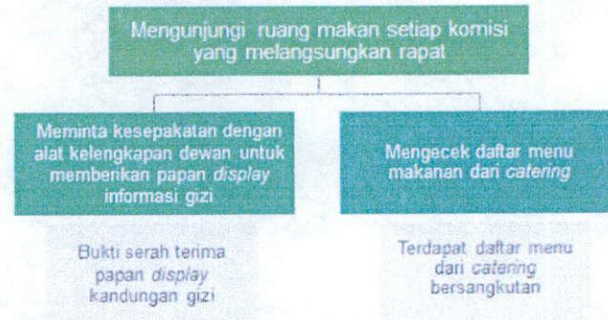
Berikut hal-hal dari tahapan ini yang berkaitan dengan nilai-nilai ASN:

Tabel 2.2. Keterkaitan Substansi ASN pada Tahap 1

Nilai ANEKA	Peran dan Kedudukan	Nilai Organisasi
Komitmen Mutu	-	Profesional

- Komitmen mutu merupakan pelaksanaan pelayanan publik dengan berorientasi pada kualitas hasil. Menyiapkan peralatan dan bahan diatas, menggunakan peralatan berbasis teknologi seperti Nutrisurvey, Memobird, *thermal printer* merupakan sarana agar pekerjaan berjalan lebih cepat, rapi, dan akurat yang bertujuan meningkatkan kualitas hasil kerja.
- Profesional pada tahap ini diwujudkan dengan mengandalkan keahlian sesuai profesi Nutrisisionis dalam menggunakan peralatan dan bahan untuk digunakan sesuai fungsinya dan petunjuk penggunaan alat.

2) Mengunjungi ruang makan alat kelengkapan dewan yang melangsungkan rapat




Gambar 2.11. Kegiatan Aktualisasi Tahap 2

- Bukti serah terima papan *display* informasi gizi

Selain itu, memastikan bahwa pada setiap komisi terdapat papan *display* informasi gizi yang sudah siap digunakan. Adanya papan *display* informasi gizi yang dibuktikan dengan surat tanda terima berarti pihak komisi telah menyetujui untuk dilakukan penempelan informasi gizi. Bukti serah terima pemberian papan informasi gizi terlampir (Lampiran 2.1.) dengan rincian 1 rangkap diberikan kepada pihak penerima (sekretariat alat kelengkapan dewan) dan 1 rangkap lagi disimpan oleh Nutrisisionis. Bukti serah terima memuat

informasi penerima dari pihak alat kelengkapan dewan beserta jumlah papan yang diterima.

	
<b>BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI</b>	
Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :	
Jumlah	: 10 buah
Bagian	: .....
Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.	
Penanggung Jawab Gizi,	Jakarta, ..... 2019 Penanggung Jawab Bagian,
Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz NIP: 199601162019032001	.....

Gambar 2.12. Format Bukti Tanda Terima Barang

- Pengecekan daftar menu  
Mengecek daftar menu makanan yang diperoleh dari pihak *catering* pada rapat yang sedang berlangsung. Daftar menu yang diperoleh dapat melalui pesan *whatsapp* dengan pihak *catering* atau daftar menu yang telah dicetak oleh *catering*. Daftar menu yang diperoleh kemudian dicocokkan dengan menu aktual yang disajikan di ruang makan dengan melakukan konfirmasi kembali dengan petugas *catering* apakah ada perubahan menu dari daftar menu yang sudah tertulis sebelumnya.

CLIENT : Komisi IDPR ( Up. Ibu Supri )  
 DAY/DATE : Selasa 23 Juli 2019  
 TIME : KITCHEN READY : 07.00 wib  
 : SERVICE READY : 11.00 wib  
 ADDRESS : Gedung Nusantara  
 PAX : 100

**BUFFET**

**NASI BAKAR ALA TJOBAN**  
**100 pax**  
 Nasi Teri Bakar  
 Gurame Bakar Kecap  
 Ayam Geprek Sambel Korek  
 Tahu Goreng Pecak  
 Tumis Jamur Daun Melinjo  
 Lalap Timun, Sambel Dabu2 & Dadakan  
 Kerupuk Rambak

**FOOD STALL**

**MIE KOCOK**  
**100 pax**  
 Served with Mie Kuning Gepeng, Toge, Seledri, Bawang Goreng, Jeruk Limo,  
 Sambel & Kerupuk Kampung

**DRINKS**

**FRUIT PLATTER 3 Tampah**  
**ES LIANG TEA 100 glass**  
**MINERAL WATER ( Free Flow )**

Notes :  
 2. Penyajian Makanan Dibagi 3

SANTI INDAH SARI

Jl. Margasatya Raya, Komplek Margasatya Baru No. 07 Jakarta Selatan

Kartirisi 7

30 pax

nasi putih + sambal  
 soto kartirisi  
 sate kambing  
 Ikan Fillet Bakar  
 Ayam Bakar pedang  
 Tahu Tepung Bawang  
 Tumis jagung Bakso cabe ijo  
 geprek  
 Kerupuk  
 Buah potong kartirisi  
 es doger

Gambar 2.13. Contoh Daftar Menu

Tipe menu makanan yang disajikan dapat berupa permintaan sendiri dari alat kelengkapan dewan atau sudah berupa paket dari *catering*. Umumnya setiap *catering* memiliki master menu berupa paket-paket menu yang mana konsumen dapat langsung memilih menu yang diinginkan. Koordinasi dengan pihak komisi terjadi pula ketika menu yang diberikan *catering* memerlukan koreksi dari Nutrisisionis, sehingga melalui mereka kami mendapatkan master menu dari

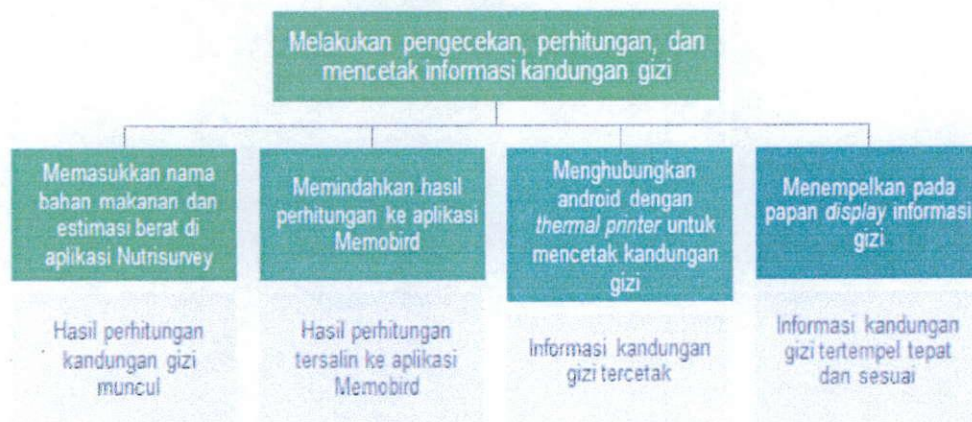
masing-masing *catering* untuk dilakukan koreksi apabila diperlukan. Berikut hal-hal dari tahapan ini yang berkaitan dengan nilai-nilai ASN:

Tabel 2.3. Keterkaitan Substansi ASN pada Tahap 2

Nilai ANEKA	Peran dan Kedudukan	Nilai Organisasi
Akuntabilitas	Manajemen ASN WoG	Akuntabel Profesional Integritas

- Akuntabilitas merujuk pada kewajiban individu, kelompok atau institusi untuk memenuhi tanggung jawab yang menjadi amanahnya. Mengumpulkan data berupa daftar menu aktual dan memberikan informasi yang sesuai dengan keadaan di lapangan merupakan bentuk pertanggungjawaban yang disajikan kepada publik, sehingga informasi yang disajikan akurat dan dapat dipercaya.
- Manajemen ASN adalah pengelolaan ASN untuk menghasilkan ASN yang profesional, memiliki nilai dasar, etika profesi, bebas dari intervensi politik, bersih dari praktik KKN. Berpegang teguh pada kode etik dan kode perilaku ASN yaitu melaksanakan tugas dengan jujur dan bertanggung jawab, bekerja sesuai dengan kompetensi, jenjang pendidikan, serta menghargai dan mengakui kompetensi profesi lain.
- WoG adalah sebuah pendekatan penyelenggaraan pemerintahan yang menyatukan upaya kolaboratif pemerintahan dari keseluruhan sektor dalam ruang lingkup koordinasi yang lebih luas guna mencapai tujuan pembangunan kebijakan, manajemen program, dan pelayanan publik. Berkolaborasi dengan departemen lain yaitu sekretariat alat kelengkapan dewan dan pihak *catering* agar tercipta keselarasan dan output dari kegiatan ini dapat dirasakan oleh pihak-pihak terkait.

- Profesional dengan mengandalkan keahlian sesuai profesi Nutritionis dengan mempraktikkan tugas dan fungsi dan Standar Operasional Prosedur (SOP) yang diakui.
  - Memiliki integritas dengan berperilaku jujur, memegang teguh prinsip-prinsip kebenaran, etika, dan moral, serta berbuat sesuai dengan perkataan, sehingga mendapat kepercayaan dari orang lain dan pihak-pihak yang bersangkutan.
- 3) Melakukan pengecekan, perhitungan, dan mencetak informasi kandungan zat gizi




Gambar 2.14. Kegiatan Aktualisasi Tahap 3

o Pengecekan makanan

Pengecekan makanan dilakukan dengan mengecek daftar menu dengan menu aktual di lapangan, kemudian makanan tersebut dilakukan penghitungan kandungan gizi menggunakan aplikasi Nutrisurvey. Hasil perhitungan kemudian disimpan agar apabila dikemudian hari terdapat menu yang sama maka dapat melihat hasil sebelumnya dan tidak perlu melakukan penghitungan ulang. Kelemahan pada tahap ini adalah apabila alat kelengkapan dewan melakukan rapat dalam waktu yang sama, sementara makanan harus diperiksa sebelum makan siang maka memerlukan waktu yang cepat untuk menyelesaikan pengecekan makanan sampai ke tahap pemasangan informasi gizi.

- Hasil perhitungan Nutrisurvey muncul

Pengecekan makanan berdasarkan menu yang disediakan di alat kelengkapan dewan pada saat rapat berlangsung yang telah dicocokkan dengan daftar menu, kemudian setiap menu makanan dituliskan ke aplikasi Nutrisurvey agar dapat diketahui kandungan gizinya dalam 1 porsi dengan estimasi berat porsi sesuai jenis bahan makanan.

Display options	
	TA A% FA MA NC
Total analysis:	
energy	294,7 kcal
protein (53%)	37,4 g
fat (46%)	14,7 g
carbohydr. (1%)	0,6 g
Sugar total	- g
dietary fiber	- g
sucrose	- g
sat. FA	- g
PUFA	- g
cholesterol	- mg
Vit. A	- µg
carotene	80,0 mg
Vit. E (eq.)	- mg
Vit. D	- µg
Vit. B1	0,1 mg
Vit. B2	- mg
niacineequiv.	- mg
pantothe. acid	- mg
Vit. B6	- mg
tot. fol. acid	- µg
Vit. C	- mg
sodium	- mg
potassium	- mg
calcium	108,0 mg
magnesium	- mg
phosphorus	236,0 mg
iodine	- µg
iron	6,8 mg
zinc	- mg
Vit. B12	- µg

Gambar 2.15. Hasil perhitungan Nutrisurvey

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya pada kegiatan (1), hasil perhitungan seperti gambar diatas menunjukkan bahwa aplikasi Nutrisurvey dapat berjalan dan mampu menganalisis kandungan gizi bahan makanan yang ingin diketahui.

- Hasil perhitungan tertulis di Memobird

Hasil perhitungan Nutrisurvey kemudian disalin dan dituliskan ke aplikasi Memobird dengan mencantumkan nama bahan makanan

beserta kandungan gizinya yaitu energi dan kolesterol. Ukuran karakter tulisan dapat diubah sesuai keinginan, dalam kegiatan ini kami Nutrisionis menggunakan ukuran tulisan 15 dengan alasan pada hasil pencetakan tulisan tersebut dapat terbaca dengan jelas, tidak terlalu besar ataupun kecil.



Gambar 2.16. Tampilan Teks Informasi Gizi Siap Cetak

#### o Informasi gizi tercetak

Setelah disalin ke Memobird, langkah selanjutnya adalah teks tersebut dicetak dengan menekan *button* "Print" pada bagian kanan atas gambar 2.14. dengan *thermal printer* dalam keadaan On, siap digunakan, dan kertas roll didalamnya tersedia, serta *bluetooth* di android tersambung dan *binded* dengan Memobird *thermal printer*.



Gambar 2.17. Informasi Gizi Tercetak

Gambar diatas merupakan contoh informasi gizi yang telah tercetak dimana sesuai dengan hasil *preview* pada Memobird. Ukuran lebar kertas roll adalah 50 mm dengan panjang kertas menyesuaikan jumlah dan ukuran karakter tulisan yang dikehendaki, semakin banyak karakter tulisan dan semakin besar spasinya maka ukuran semakin panjang. Database informasi gizi pada masing-masing bahan makanan selama kegiatan aktualisasi terdapat pada Lampiran 2.2.

- Informasi gizi terpasang di papan *display*

Informasi gizi yang telah tercetak kemudian dipasang ke papan *display* dengan cara dijepit menggunakan *binder clip*. Alasan menggunakan *binder clip* agar memudahkan dalam penggantian (mencopot kemudian memasang kembali) informasi gizi.



Gambar 2.18. Informasi Kandungan Gizi

Informasi gizi yang telah terpasang di papan kemudian diletakkan sesuai dengan menunya masing-masing. Dalam hal ini perlunya koordinasi dari pihak *catering* untuk menempatkan papan secara tepat. Berikut hal-hal dari tahapan ini yang berkaitan dengan nilai-nilai ASN

Tabel 2.4. Keterkaitan Substansi ASN pada Tahap 3

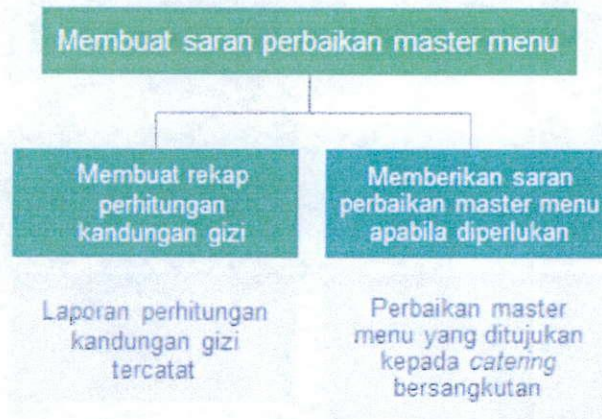
Nilai ANEKA	Peran dan Kedudukan	Nilai Organisasi
Akuntabilitas Etika Publik Komitmen Mutu	Pelayanan Publik Manajemen ASN WoG	Akuntabel Profesional Integritas

- Akuntabilitas merujuk pada kewajiban individu, kelompok atau institusi untuk memenuhi tanggung jawab yang menjadi amanahnya. Mengumpulkan data berupa daftar menu aktual dan memberikan informasi yang sesuai dengan keadaan di lapangan merupakan bentuk pertanggungjawaban yang disajikan kepada publik, sehingga informasi yang disajikan akurat dan dapat dipercaya.
- Etika publik merupakan refleksi atas standar norma yang menentukan baik/buruk, benar/salah tindakan keputusan, perilaku untuk mengarahkan kebijakan publik dalam rangka menjalankan tanggungjawab pelayanan publik. Bekerja sesuai kode etik profesi Nutrisisionis salah satunya yaitu meningkatkan status gizi masyarakat, dalam kegiatan ini yaitu melalui pemberian informasi gizi yang diharapkan mampu mengubah perilaku makan bagi konsumen yakni para anggota DPR.
- Komitmen mutu merupakan pelaksanaan pelayanan publik dengan berorientasi pada kualitas hasil. Melakukan optimalisasi produk dan proses dengan memberikan label informasi gizi disetiap menu makanan.
- Pelayanan publik adalah segala bentuk kegiatan pelayanan umum yang dilaksanakan oleh instansi Pemerintahan dalam bentuk barang dan/atau jasa, baik dalam pemenuhan kebutuhan

masyarakat. Memberikan layanan pemeriksaan makanan dan perhitungan kandungan gizi yang sasaran utamanya adalah para anggota DPR RI melalui koordinasi bersama *catering* penyelenggara makanan dan alat kelengkapan dewan.

- Manajemen ASN adalah pengelolaan ASN untuk menghasilkan ASN yang profesional, memiliki nilai dasar, etika profesi, bebas dari intervensi politik, bersih dari praktik KKN. Berpegang teguh pada kode etik dan kode perilaku ASN yaitu melaksanakan tugas dengan jujur dan bertanggung jawab, bekerja sesuai dengan kompetensi, jenjang pendidikan, serta menghargai dan mengakui kompetensi profesi lain.
- WoG adalah sebuah pendekatan penyelenggaraan pemerintahan yang menyatukan upaya kolaboratif pemerintahan dari keseluruhan sektor dalam ruang lingkup koordinasi yang lebih luas guna mencapai tujuan pembangunan kebijakan, manajemen program, dan pelayanan publik. Berkolaborasi dengan departemen lain agar tercipta keselarasan dan output dari kegiatan ini dapat dirasakan oleh pihak-pihak terkait.
- Profesional dengan mengandalkan keahlian sesuai profesi Nutrisi dengan mempraktikkan tugas dan fungsi dan Standar Operasional Prosedur (SOP) yang diakui.
- Memiliki integritas dengan berperilaku jujur, memegang teguh prinsip-prinsip kebenaran, etika, dan moral, serta berbuat sesuai dengan perkataan, sehingga mendapat kepercayaan dari orang lain.

#### 4) Membuat saran perbaikan menu



Gambar 2.19. Kegiatan Aktualisasi Tahap 4

- Laporan perhitungan kandungan gizi

Hasil perhitungan gizi di setiap alat kelengkapan dewan kemudian di rekap di akhir kegiatan. Hasil rekap terdapat pada Lampiran 2.3. Informasi gizi selama kegiatan aktualisasi dikumpulkan dan dikelompokkan berdasarkan jenis bahan makanan yaitu:

- Sayur

Bahan pangan asal tumbuhan yang mengandung serat dan kadar air tinggi dan dikonsumsi dalam keadaan segar atau diolah secara minimal. Sejumlah sayuran dapat dikonsumsi mentah tanpa dimasak sebelumnya, sementara yang lainnya harus diolah terlebih dahulu dengan cara direbus, dikukus atau diuapkan, digoreng, atau disangrai. Sayuran berbentuk daun yang dimakan mentah disebut sebagai lalapan. Pada kelompok sayur memuat bermacam jenis makanan olahan berbahan dasar sayuran baik berkuah maupun tidak berkuah.

- Buah

Sayuran dan buah-buahan memiliki manfaat bagi tubuh antara lain sebagai sumber vitamin dan serat, dan yang penting adalah menopang kehidupan manusia untuk menjaga agar tubuh tetap sehat. Peranannya termasuk dalam kelompok zat pengatur pemeliharaan dan pertumbuhan. Disamping itu, vitamin adalah

senyawa organik yang mudah rusak oleh pengolahan dan penyimpanan. Karenanya jumlah asupan sayuran dan buah ini relatif tinggi agar orang mendapatkan kemanfaatannya. Jenis yang termasuk dalam golongan buah adalah buah utuh, potong, es buah, dan olahan buah lainnya.

➤ Protein Nabati

Protein nabati kaya akan asam glutamat yang merupakan salah satu jenis asam amino. Menurut penelitian, senyawa asam glutamat kemungkinan dapat menurunkan tekanan darah. Manfaat protein nabati dalam menurunkan tekanan darah, akan memberikan efek baik bagi kesehatan jantung. Pola makan yang banyak mengonsumsi protein nabati dapat membantu mengendalikan berat badan, karena membuat seseorang merasa kenyang lebih lama. Protein nabati merupakan makanan yang berasal dari sumber tumbuhan seperti tempe, tahu, kacang-kacangan.

➤ Protein Hewani

Protein hewani merupakan asupan nutrisi protein yang berasal dari hewan atau produk olahannya. Protein hewani seperti daging dan susu disebut protein lengkap karena mengandung sembilan asam amino esensial. Asam amino merupakan senyawa biokimiawi yang diperlukan bagi tubuh untuk pembentukan jaringan tubuh seperti otot, tulang, darah, rambut, dan sel sel tubuh lainnya. Di dalam lambung, protein akan dicerna menjadi asam amino yang berfungsi sebagai bahan utama untuk pembentukan sel dan jaringan tubuh. Protein hewani termasuk bermacam jenis daging, telur, ikan.

➤ Soto/Sop

Semua makanan berkuah *one dish meal*. *One dish meal* yaitu apabila makanan sumber karbohidrat serta sumber protein yang terdapat dalam satu piring.

➤ Karbohidrat

Karbohidrat juga merupakan zat gizi utama yang terdapat dalam sajian makanan sehari-hari dan dibutuhkan oleh tubuh. Fungsi karbohidrat yang pertama adalah sebagai sumber energi utama bagi tubuh. Energi tersebut dibutuhkan mulai dari bernapas hingga aktivitas tubuh yang lebih intens, seperti berlari. Selama proses pencernaan berlangsung, sumber karbohidrat akan dipecah menjadi gula, untuk kemudian diserap oleh saluran cerna dan masuk ke aliran darah. Gula ini yang dikenal sebagai gula darah (glukosa). Segala sumber karbohidrat dan makanan pokok.

Label adalah keterangan tentang isi, jenis, komposisi zat gizi, tanggal kadaluarsa dan keterangan penting lain yang dicantumkan pada kemasan. Semua keterangan yang rinci pada label makanan yang dikemas sangat membantu konsumen untuk mengetahui bahan-bahan yang terkandung dalam makanan tersebut. Selain itu dapat memperkirakan bahaya yang mungkin terjadi pada konsumen yang berisiko tinggi karena punya penyakit tertentu. Oleh karena itu dianjurkan untuk membaca label pangan yang dikemas terutama keterangan tentang informasi kandungan zat gizi sebelum membeli atau mengonsumsi makanan tersebut.

○ Perbaikan master menu

Master menu adalah kumpulan menu baku berdasarkan siklus yang sudah resmi ditetapkan oleh pihak *catering*. Di dalam master menu terdapat menu pilihan yang memuat beberapa jenis dan macam hidangan pilihan untuk satu atau lebih item hidangan. Siklus menu adalah satu set menu sehari yang disusun dalam jangka waktu tertentu (misal 7, 10, atau 15 hari) untuk kurun waktu tertentu (misal 1, 3, atau 6 bulan) yang dilakukan pengulangan. Perbaikan master menu dilakukan apabila menu-menu yang disajikan dan akan dilakukan pengulangan tidak memenuhi prinsip

gizi seimbang, sehingga untuk meminimalisir berlebihnya asupan zat gizi tertentu dilakukan perbaikan master menu seperti terlampir pada Lampiran 4.3..

Perilaku konsumsi pangan bergizi seimbang dapat terganggu oleh pola kegiatan kelompok usia dewasa saat ini. Misalnya waktu kerja yang ketat, waktu di rumah yang singkat, ibu bekerja diluar rumah, peningkatan risiko terpapar polusi dan makanan tidak aman, ketersediaan berbagai makanan siap saji dan siap olah, dan ketidaktahuan tentang gizi yang menyebabkan kelompok usia ini cenderung beraktivitas ringan atau santai (*sedentary life*), yang salah satu akibatnya adalah konsumsi pangan yang tidak seimbang dan tidak higienis. Oleh karena itu, perhatian terhadap perilaku gizi seimbang perlu ditingkatkan untuk mencapai pola hidup sehat, aktif dan produktif.

Berdasarkan Pedoman Gizi Seimbang, tidak ada satupun jenis makanan yang mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk menjamin pertumbuhan dan mempertahankan kesehatannya. Oleh karena itu diperlukan agar mengonsumsi makanan yang beranekaragam termasuk proporsi makanan yang seimbang, dalam jumlah yang cukup, tidak berlebihan, dan dilakukan secara teratur. Demikian pula jumlah makanan yang mengandung gula, garam dan lemak yang dapat meningkatkan resiko beberapa penyakit tidak menular, dianjurkan untuk dikurangi. Kualitas zat gizi dipengaruhi oleh keragaman jenis pangan yang dikonsumsi. Semakin beragam jenis pangan yang dikonsumsi semakin mudah untuk memenuhi kebutuhan gizi. Bahkan semakin beragam pangan yang dikonsumsi semakin mudah tubuh memperoleh berbagai zat lainnya yang bermanfaat bagi kesehatan. Oleh karena itu konsumsi anekaragam pangan merupakan salah satu anjuran penting dalam mewujudkan gizi seimbang. Cara menerapkannya adalah dengan mengonsumsi 5

kelompok pangan setiap hari dan setiap kali makan. Kelima kelompok pangan tersebut adalah makanan pokok, lauk-pauk, sayuran, buah-buahan dan minuman.



Gambar 2.20. Komposisi Gizi Seimbang

Masyarakat Indonesia masih sangat kekurangan mengonsumsi sayuran dan buah-buahan. Sayuran hijau maupun berwarna selain sebagai sumber vitamin, mineral juga sebagai sumber serat dan senyawa bioaktif yang tergolong sebagai antioksidan. Buah selain sebagai sumber vitamin, mineral, serat juga antioksidan. Anjuran konsumsi sayuran lebih banyak daripada buah karena buah juga mengandung gula, ada yang sangat tinggi sehingga rasa buah sangat manis dan juga ada yang jumlahnya cukup. Konsumsi buah yang sangat manis dan rendah serat agar dibatasi karena buah yang sangat manis mengandung fruktosa dan glukosa yang tinggi yang berisiko meningkatkan kadar gula darah.

Berbagai kajian menunjukkan bahwa konsumsi sayuran dan buah yang cukup berperan dalam menjaga kenormalan tekanan darah, kadar gula dan kolesterol darah. Konsumsi sayur dan buah yang cukup juga menurunkan risiko sulit buang air besar dan kegemukan. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi sayuran dan buah yang cukup turut berperan dalam pencegahan penyakit tidak menular kronik.

Lauk pauk terdiri dari pangan sumber protein hewani dan pangan sumber protein nabati. Meskipun kedua kelompok pangan tersebut sama-sama menyediakan protein, tetapi masing-masing kelompok pangan tersebut mempunyai keunggulan dan kekurangan. Pangan hewani mempunyai asam amino yang lebih lengkap dan mempunyai mutu zat gizi yaitu protein, vitamin dan mineral lebih baik, karena kandungan zat-zat gizi tersebut lebih banyak dan mudah diserap tubuh. Tetapi pangan hewani mengandung tinggi kolesterol (kecuali ikan) dan lemak. Lemak dari daging dan unggas lebih banyak mengandung lemak jenuh. Pangan protein nabati mempunyai keunggulan mengandung proporsi lemak tidak jenuh yang lebih banyak dibanding pangan hewani. Juga mengandung isoflavon, yaitu kandungan fitokimia yang turut berfungsi mirip hormon estrogen (hormon kewanitaan) dan antioksidan serta anti-kolesterol. Konsumsi kedelai dan tempe telah terbukti dapat menurunkan kolesterol dan meningkatkan sensitifitas insulin dan produksi insulin. Sehingga dapat mengendalikan kadar kolesterol dan gula darah. Namun kualitas protein dan mineral yang dikandung pangan protein nabati lebih rendah dibanding pangan protein hewani.

Makanan pokok adalah pangan mengandung karbohidrat yang sering dikonsumsi atau telah menjadi bagian dari budaya makan berbagai etnik di Indonesia sejak lama. Contoh pangan karbohidrat adalah beras, jagung, singkong, ubi, talas, garut, sorgum, jewawut, sagu dan produk olahannya. Disamping mengandung karbohidrat, dalam makanan pokok biasanya juga terkandung antara lain vitamin B1 (tiamin), B2 (riboflavin), beberapa mineral, dan serat. Serat ini penting untuk melancarkan buang air besar dan pengendalian kolesterol darah. Selain itu serealiala tersebut juga memiliki karbohidrat yang lambat diubah menjadi gula darah sehingga turut mencegah gula darah tinggi. Selain makanan

pokok yang diproduksi di Indonesia, ada juga makanan pokok yang tersedia di Indonesia melalui impor seperti terigu. Pemerintah Indonesia telah mewajibkan pengayaan mineral dan vitamin (zat besi, zink, asam folat, tiamin dan riboflavin) pada semua terigu yang dipasarkan di Indonesia sebagai bagian dari strategi perbaikan gizi terutama penanggulangan anemia gizi.

Peraturan Menteri Kesehatan nomor 30 tahun 2013 tentang Pencantuman Informasi Kandungan Gula, Garam dan Lemak serta Pesan Kesehatan untuk Pangan Olahan dan Pangan Siap Saji menyebutkan bahwa konsumsi gula lebih dari 50 g (4 sendok makan), natrium lebih dari 2000 mg (1 sendok teh) dan lemak/minyak total lebih dari 67 g (5 sendok makan) per orang per hari akan meningkatkan risiko hipertensi, stroke, diabetes, dan serangan jantung. Masyarakat perlu diberi pendidikan membaca label pangan, mengetahui pangan rendah gula, garam dan lemak, serta memasak dengan mengurangi garam dan gula. Di lain pihak para pengusaha pangan olahan diwajibkan mencantumkan informasi nilai gizi pada label pangan agar masyarakat dapat memilih makanan sehat sesuai kebutuhan.

Gula yang dikonsumsi melampaui kebutuhan akan berdampak pada peningkatan berat badan, bahkan jika dilakukan dalam jangka waktu lama secara langsung akan meningkatkan kadar gula darah dan berdampak pada terjadinya diabetes tipe-2, bahkan secara tidak langsung berkontribusi pada penyakit seperti osteoporosis, penyakit jantung dan kanker. Gula yang dikenal masyarakat tidak hanya terdapat pada gula tebu, gula aren dan gula jagung yang dikonsumsi dari makanan dan minuman. Perlu diingat bahwa kandungan gula terdapat juga dalam makanan lain yang mengandung karbohidrat sederhana (tepung, roti, kecap), buah manis, jus, minuman bersoda dan sebagainya.

Rasa asin yang berasal dari makanan adalah karena kandungan garam (NaCl) yang ada dalam makanan tersebut. Konsumsi natrium yang berlebihan akan mempengaruhi kesehatan terutama meningkatkan tekanan darah.

Menurut kandungan asam lemaknya, minyak dibagi menjadi 2 kelompok yaitu lemak tak jenuh dan lemak jenuh. Makanan yang mengandung lemak tak jenuh umumnya berasal dari pangan nabati, kecuali minyak kelapa. Sedangkan makanan yang mengandung asam lemak jenuh, umumnya berasal dari pangan hewani. Dalam memproduksi hormon, tubuh membutuhkan kolesterol yang merupakan substansi yang terdapat dalam tubuh. Tubuh membuat kolesterol dari zat gizi yang dikonsumsi dari makanan yang mengandung lemak jenuh, seperti kuning telur, lemak daging dan keju. Kadar kolesterol darah yang melebihi ambang normal (160-200 mg/dl) dapat mengakibatkan penyakit jantung bahkan serangan jantung. Hal ini dapat dicegah jika penduduk menerapkan pola konsumsi makanan rendah lemak. Berikut hal-hal dari tahapan ini yang berkaitan dengan nilai-nilai ASN:

Tabel 2.5. Keterkaitan Substansi ASN pada Tahap 4

Nilai ANEKA	Peran dan Kedudukan	Nilai Organisasi
Akuntabilitas Nasionalisme Etika Publik Komitmen Mutu	Pelayanan Publik Manajemen ASN WoG	Akuntabel Profesional Integritas

- Akuntabilitas merujuk pada kewajiban individu, kelompok atau institusi untuk memenuhi tanggung jawab yang menjadi amanahnya. Mengumpulkan data berupa daftar menu aktual dan memberikan informasi yang sesuai dengan keadaan di lapangan merupakan bentuk pertanggungjawaban yang disajikan kepada publik, sehingga informasi yang disajikan akurat dan dapat dipercaya.

- Nasionalisme adalah pondasi bagi ASN untuk mengaktualisasikan dalam menjalankan fungsi dan tugasnya dengan orientasi mementingkan kepentingan publik, bangsa dan negara. Mewujudkan cita-cita bangsa sesuai pasal 28 H ayat 1 yang berbunyi "setiap orang berhak hidup sejahtera lahir dan batin, bertempat tinggal dan mendapatkan lingkungan hidup yang baik dan sehat, serta berhak memperoleh pelayanan kesehatan". Selain itu, kegiatan ini berujung pada perbaikan master menu yang mana merupakan bentuk kritis dan tanggap dengan memberi saran kepada penyelenggara terkait dengan keadaan yang terjadi di lapangan.
- Etika publik merupakan refleksi atas standar norma yang menentukan baik/buruk, benar/salah tindakan keputusan, perilaku untuk mengarahkan kebijakan publik dalam rangka menjalankan tanggungjawab pelayanan publik. Bekerja sesuai kode etik profesi Nutrisisionis salah satunya yaitu meningkatkan status gizi masyarakat, dalam kegiatan ini yaitu perbaikan master menu yang diharapkan sebagai koreksi bagi penyelenggara yakni *catering* agar dapat menyajikan makanan yang tidak memberikan efek kurang baik dalam jangka waktu panjang.
- Komitmen mutu merupakan pelaksanaan pelayanan publik dengan berorientasi pada kualitas hasil. Melakukan optimalisasi produk dan proses dengan perbaikan master menu yang yang diharapkan dapat mengubah paradigma dalam hal pemilihan dan penyediaan makanan.
- Pelayanan publik adalah segala bentuk kegiatan pelayanan umum yang dilaksanakan oleh instansi Pemerintahan dalam bentuk barang dan/atau jasa, baik dalam pemenuhan kebutuhan masyarakat. Memberikan layanan perbaikan master menu apabila diperlukan dengan koordinasi bersama *catering* penyelenggara makanan dan alat kelengkapan dewan.

- Manajemen ASN adalah pengelolaan ASN untuk menghasilkan ASN yang profesional, memiliki nilai dasar, etika profesi, bebas dari intervensi politik, bersih dari praktik KKN. Berpegang teguh pada kode etik dan kode perilaku ASN yaitu melaksanakan tugas dengan jujur dan bertanggung jawab, bekerja sesuai dengan kompetensi, jenjang pendidikan, serta menghargai dan mengakui kompetensi profesi lain.
- WoG adalah sebuah pendekatan penyelenggaraan pemerintahan yang menyatukan upaya kolaboratif pemerintahan dari keseluruhan sektor dalam ruang lingkup koordinasi yang lebih luas guna mencapai tujuan pembangunan kebijakan, manajemen program, dan pelayanan publik. Berkolaborasi dengan departemen lain agar tercipta keselarasan dan output dari kegiatan ini dapat dirasakan oleh pihak-pihak terkait.
- Profesional dengan mengandalkan keahlian sesuai profesi Nutrisionis dengan mempraktikkan tugas dan fungsi dan Standar Operasional Prosedur (SOP) yang diakui.
- Memiliki integritas dengan berperilaku jujur, memegang teguh prinsip-prinsip kebenaran, etika, dan moral, serta berbuat sesuai dengan perkataan, sehingga mendapat kepercayaan dari orang lain.

### C. STAKEHOLDER

Tabel 2.6. *Stakeholder*

Internal	Eksternal
Bagian Pelayanan Kesehatan Biro Kepegawaian dan Organisasi	Alat Kelengkapan Dewan Staff DPR RI <i>Catering</i>

## D. ANALISIS DAMPAK

Tabel 2.7. Analisis Dampak

Kegiatan	Dampak	
	Internal	Eksternal
Menyiapkan alat untuk menghitung dan mencetak informasi gizi	Kegiatan pemeriksaan penyediaan makanan terhambat	Alat yang diperlukan habis atau rusak karena digunakan terus menerus
Mengunjungi ruang makan setiap komisi yang sedang melangsungkan rapat	Timbul miskomunikasi antara Unit Pelayanan Kesehatan dengan Komisi dan Badan	Koordinasi antar staff di beberapa Komisi kurang, sebagian staff mengerti maksud dan tujuan Nutrisisionis untuk mengecek kandungan gizi makanan namun sebagian lagi belum terinfokan
Melakukan pengecekan, perhitungan, dan mencetak informasi kandungan zat gizi pada jamuan makan	Apabila seluruh komisi dan badan anggota melaksanakan rapat maka Nutrisisionis harus cepat dalam menghitung kandungan gizi dan harus sudah selesai sebelum dilaksanakan makan siang (keterbatasan waktu)	Informasi kandungan gizi tidak dipahami maksudnya oleh pihak Komisi
Membuat laporan perhitungan kandungan gizi kemudian membandingkan dengan standar	Kehilangan data perhitungan kandungan gizi	Saran pemberian menu makanan terbatas karena terkadang menu makanan adalah permintaan dari anggota DPR sendiri

## E. TIME SCHEDULE

Tabel 2.8. Time Schedule

No.	Kegiatan	Juli 2019									Agustus 2019																							Sept 2019	
		22	23	24	25	26	29	30	31	1	2	5	6	7	8	9	12	13	14	15	16	19	20	21	22	23	26	27	28	30	2	3			
1	Menyiapkan peralatan dan bahan																																		
2	Mengunjungi ruang makan setiap komisi yang sedang melangsungkan rapat.																																		
3	Melakukan pengecekan, perhitungan, dan mencetak informasi kandungan gizi																																		
4	Membuat laporan perhitungan zat gizi dan saran perbaikan master menu																																		

Keterangan:



Kegiatan efektif



Penyusunan laporan

### **BAGIAN III**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Kegiatan aktualisasi habituasi nilai-nilai dasar ASN sangat penting untuk membentuk ASN yang profesional. Nilai-nilai dasar profesi ASN tergabung dalam ANEKA (Akuntabilitas, Nasionalisme, Etika Publik, Komitmen Mutu, dan Anti Korupsi). Selain ANEKA, terdapat juga nilai peran dan kedudukan ASN, yaitu *Whole of Government*, Manajemen ASN, dan Pelayanan Publik serta penguatan nilai organisasi RAPI (Religius, Akuntabel, Profesional, dan Integritas). Kegiatan aktualisasi ini juga berkontribusi pada penguatan visi dan misi organisasi serta menjadi habituasi pada kehidupan sehari-hari. Kegiatan aktualisasi ini terdiri dari 4 tahapan kegiatan yang dilaksanakan selama 30 hari efektif kerja yaitu 22 Juli sampai 2 September 2019.

Berdasarkan prioritas isu yang diangkat yaitu belum optimalnya penilaian makanan pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan, maka kami melakukan optimalisasi kegiatan yang bertujuan sebagai acuan pemeriksaan kandungan gizi sehingga diharapkan meminimalisir berlebihnya asupan zat gizi tertentu dengan cara pemberian informasi nilai gizi pada jamuan makanan di alat kelengkapan dewan yang disertai perbaikan master menu kepada pihak penyelenggara makanan yaitu *catering* yang bersangkutan.

#### **B. SARAN**

- Perlunya informasi yang pasti pada alat kelengkapan dewan yang sedang melaksanakan rapat agar kegiatan dapat berjalan lebih efisien
- Perlunya tempat khusus untuk menyimpan papan *display* informasi gizi khusus agar barang tidak hilang dan mudah rusak

## **BAGIAN IV**

## **LAMPIRAN**

## **Lampiran 4.1.**

### **KEGIATAN TAHAP KE-1**

[illegible]

The image is a composite of two parts. On the left is a close-up of a digital scale's LCD screen. At the top, it shows '0.00', '250g', and '0.00g'. Below this, the date and time '08/25/2019 22:20:54' are displayed. The main display area shows 'AYAM GORENG' followed by 'ENERGI 127 Kkal' and 'KOLESTEROL 32 mg'. At the bottom, the 'MEMOBIRD' logo is visible. On the right is a photograph of the white MEMOBIRD scale itself. It has a blue LCD screen showing a list of items and their weights: '1. Ayam Goreng 127.00g', '2. Ayam Goreng 127.00g', '3. Ayam Goreng 127.00g', '4. Ayam Goreng 127.00g', '5. Ayam Goreng 127.00g', '6. Ayam Goreng 127.00g', '7. Ayam Goreng 127.00g', '8. Ayam Goreng 127.00g', '9. Ayam Goreng 127.00g', '10. Ayam Goreng 127.00g'. The scale has a white base and a blue display screen. The 'MEMOBIRD' logo is also visible on the front of the scale.



## **Lampiran 4.2.**

### **KEGIATAN TAHAP KE-2**

## Bukti serah terima papan *display* informasi gizi

Komisi 1 dan 2



### BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Komisi 1

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, 26 Juni 2019  
Penanggung Jawab Bagian,



### BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Komisi 2

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, 26 Juni 2019  
Penanggung Jawab Bagian,

  
PROF. H.

### Komisi 3 dan 4



BUKTI TANDA TERIMA BARANG  
BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Komisi 3

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, 26-6-2019  
Penanggung Jawab Bagian,



BUKTI TANDA TERIMA BARANG  
BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Komisi 4

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, 26 Juni 2019  
Penanggung Jawab Bagian,

## Komis 5 dan 6



### BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Komisi 5

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, 26 Juni 2019  
Penanggung Jawab Bagian,

  
Nurfaida

### BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Komisi 6

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, 26/6/ 2019  
Penanggung Jawab Bagian,

  
Nurfaida

## Komisi 7 dan 8



### BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Komisi 7

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, 26 Juni 2019  
Penanggung Jawab Bagian,



### BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Komisi 8

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, 26 Juni 2019  
Penanggung Jawab Bagian,

## Komisi 9 dan 10



### BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Komisi 9

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, ..... 2019

Penanggung Jawab Bagian,

  
..... Beni Lestari .....

### BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Komisi 10

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, ..... 2019

Penanggung Jawab Bagian,

  
..... Mulyana .....

## Komisi 11 dan Badan Legislasi



### BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Komisi 11

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, ..... 2019  
Penanggung Jawab Bagian,



### BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Badan Legislasi

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggung Jawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, ..... 2019  
Penanggung Jawab Bagian,

  
Rosdiana

## Badan Anggaran



### BUKTI TANDA TERIMA BARANG BAGIAN GIZI PELAYANAN KESEHATAN DPR RI

Telah menerima papan informasi gizi dengan rincian :

Jumlah : 10 buah

Bagian : Badan Anggaran

Dengan ini agar papan tersebut dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Terima kasih.

Penanggungjawab Gizi,

Nurfaida Pratiwiningrum, S.Gz  
NIP: 199601162019032001

Jakarta, 26 Juni 2019  
Penanggungjawab Bagian,

## **Lampiran 4.3.**

### **KEGIATAN TAHAP KE-3**

## Hasil perhiungan nilai gizi

### Lampiran 4.2.

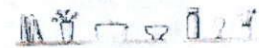
02/21/2019 10:17:37

#### MENU

ASEM ASEMIKA

ENERGI 150 Kkal

KOLESTEROL 30 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:05:30

#### MENU

BAKSO

ENERGI 141 Kkal

KOLESTEROL 36 mg



MEMOBIRD

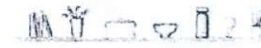
02/21/2019 10:06:19

#### MENU

BAKSO MALANG

ENERGI 156 Kkal

KOLESTEROL 29 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:11:05

#### MENU

BELT TERIYAKI

ENERGI 145 Kkal

KOLESTEROL 138 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:00:03

#### MENU

BISTIK SAPI

ENERGI 152 Kkal

KOLESTEROL 23 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:10:1

#### MEI

DAGING BALADO

ENERGI 1

KOLESTEROL



MEMOBIRD

02/21/2019 10:14:56

#### MENU

DAGING CABE HIJAU

ENERGI 120 Kkal

KOLESTEROL 26 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:03:44

#### MENU

DAGING PRITIL

ENERGI 142 Kkal

KOLESTEROL 22 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:04:09

#### MENU

DAGING SUWIR

ENERGI 124 Kkal

KOLESTEROL 22 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:08:43

#### MENU

DENDENG

ENERGI 35 Kkal

KOLESTEROL 18 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:01:48

#### MENU

DENDENG

ENERGI 108 Kkal

KOLESTEROL 31 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:24:1

#### MEI

DENDENG BATOKOK

ENERGI 1

KOLESTEROL



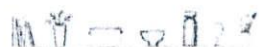
MEMOBIRD

02/21/2019 09:59:07

## MENU

ENERGI 6 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

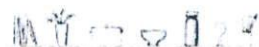
02/21/2019 09:02:49

## MENU

AYU NAN

ENERGI 87 Kkal

KOLESTEROL 1 mg



MEMOBIRD

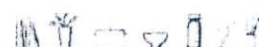
02/21/2019 09:18:22

## MENU

AYU B

ENERGI 39 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

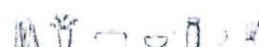
02/21/2019 09:17:45

## MENU

CAN BABY KAILAN

ENERGI 29 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:08:59

## MENU

CAN BROKOLI

ENERGI 41 Kkal

KOLESTEROL 1 mg



MEMOBIRD

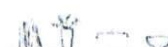
02/21/2019 09:23:12

## MEN

CAN KANGKUNG

ENERGI 29

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:07:46

## MENU

APICAY

ENERGI 58 Kkal

KOLESTEROL 10 mg



MEMOBIRD

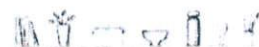
02/21/2019 09:01:10

## MENU

SADO GADU

ENERGI 54 Kkal

KOLESTEROL 42 mg



MEMOBIRD

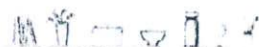
02/21/2019 08:59:55

## MENU

SADO GADU PADANG

ENERGI 101 Kkal

KOLESTEROL 42 mg



MEMOBIRD

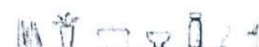
02/21/2019 09:00:46

## MENU

SADO SADO PENGANTIN

ENERGI 58 Kkal

KOLESTEROL 42 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:12:06

## MENU

SOTO

ENERGI 40 Kkal

KOLESTEROL 10 mg



MEMOBIRD

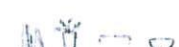
02/21/2019 09:14:58

## MEN

SADO SADO SINGKONG

ENERGI 50 K

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:16:43

## MENU

KAREDOK

ENERGI 65 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:03:37

## MENU

LALAPAN

ENERGI 8 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

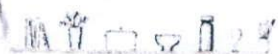
02/21/2019 09:14:20

## MENU

PETEI

ENERGI 65 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:21:57

## MENU

PEPES JAMUR

ENERGI 8 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:10:51

## MENU

PETTING KANGKUNG

ENERGI 52 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:58:3

## MEN

BUJAK CINGUR

ENERGI 1

KOLESTEROL 4



MEMOBIRI

02/21/2019 09:25:06

## MENU

SAPU TAJU

ENERGI 42 Kkal

KOLESTEROL 8 mg



MEMOBIRD

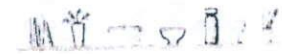
02/21/2019 09:05:21

## MENU

SAYUR ASEM

ENERGI 40 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:22:21

## MENU

SAYUR BESAN

ENERGI 33 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

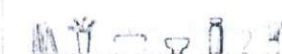
02/21/2019 09:05:41

## MENU

SAYUR LODHI

ENERGI 45 Kkal

KOLESTEROL 1 mg



MEMOBIRD

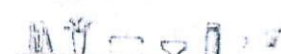
02/21/2019 10:24:54

## MENU

SAYUR LOMBOK HAJAU

ENERGI 56 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:19:5

## MEN

SAYUR PINCA WARK

ENERGI 3

KOLESTEROL 2



MEMOBIRI

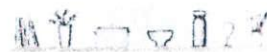
02/21/2019 09:13:34

## MENU

SUP ASPARAGUS

ENERGI 58 Kkal

KOLESTEROL 60 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:38:10

## MENU

TUMIS KACANG PANJANG

ENERGI 36 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:20:24

## MENU

TUMIS KACANG PANJANG

ENERGI 36 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

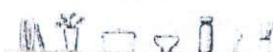
02/21/2019 09:08:18

## MENU

TERONG BALADO

ENERGI 48 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:15:25

## MENU

TUMIS BAY BUNCIS

ENERGI 46 Kkal

KOLESTEROL 4 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 08:57:21

## MEN

TUMIS BUNGA PEPA

ENERGI 3

KOLESTEROL 1



MEMOBIR

02/21/2019 09:18:53

## MENU

TERONG CAKE HIJAU

ENERGI 40 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:04:50

## MENU

TUMIS DAUN PEPA

ENERGI 38 Kkal

KOLESTEROL 1 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:09:39

## MENU

TUMIS DAUN SINGKONG

ENERGI 40 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

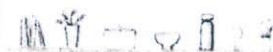
02/21/2019 09:04:18

## MENU

TUMIS JAGUNG MUDA

ENERGI 56 Kkal

KOLESTEROL 5 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:23:33

## MENU

TUMIS JAMUR

ENERGI 31 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:15:55

## MEN

TUMIS KACANG PAN

ENERGI 3

KOLESTEROL 2



MEMOBIR

02/21/2019 09:23:55

## MENU

TUMIS PAKIS

ENERGI 45 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:21:00

## MENU

TUMIS JAMUR DAGING MELUK

ENERGI 30 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

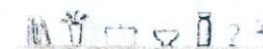
02/21/2019 09:21:32

## MENU

TUMIS JANTUNG PISANG

ENERGI 30 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

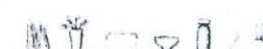
02/21/2019 09:22:49

## MENU

TUMIS SAWI PUTIH

ENERGI 29 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:17:16

## MENU

TUMIS TAAGE

ENERGI 38 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:55:11

## MENU

TUMIS JANTUNG PISANG

ENERGI 30 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:14:03

## MENU

EMPAL BAKAR

ENERGI 51 Kkal

KOLESTEROL 26 mg



MEMOBIRD

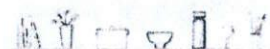
02/21/2019 10:12:07

## MENU

EMPAL GENTONG

ENERGI 162 Kkal

KOLESTEROL 152 mg



MEMOBIRD

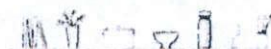
02/21/2019 10:03:14

## MENU

EMPAL GEPUK

ENERGI 94 Kkal

KOLESTEROL 26 mg



MEMOBIRD

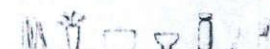
02/21/2019 10:02:51

## MENU

EMPAL SERUNDENG

ENERGI 103 Kkal

KOLESTEROL 26 mg



MEMOBIRD

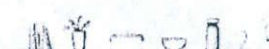
02/21/2019 10:17:04

## MENU

GULAI RGA

ENERGI 140 Kkal

KOLESTEROL 30 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:20:1

## MEN

IGA BAKAR

ENERGI 1

KOLESTEROL 3



MEMOBIRD

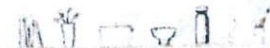
02/21/2019 10:19:44

## MENU

KARI RGA

ENERGI 140 Kkal

KOLESTEROL 30 mg



MEMOBIRD

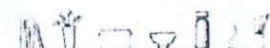
02/21/2019 10:21:35

## MENU

KARI KAMBING

ENERGI 140 Kkal

KOLESTEROL 30 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:23:11

## MENU

PREYER

ENERGI 112 Kkal

KOLESTEROL 5 mg



MEMOBIRD

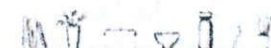
02/21/2019 10:25:21

## MENU

OSENG MERCON

ENERGI 137 Kkal

KOLESTEROL 26 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:12:38

## MENU

PINDANG TANGKAR

ENERGI 172 Kkal

KOLESTEROL 135 mg



MEMOBIRD

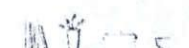
02/21/2019 10:00:36

## MEN

PREYER

ENERGI 9

KOLESTEROL 2



MEMOBIRD

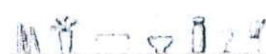
02/21/2019 10:14:26

## MENU

SENDANG

ENERGI 127 Kkal

KOLESTEROL 76 mg



MEMOBIRD

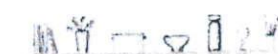
02/21/2019 10:15:58

## MENU

RULADE DAGING

ENERGI 124 Kkal

KOLESTEROL 23 mg



MEMOBIRD

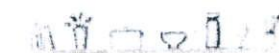
02/21/2019 10:16:22

## MENU

SAPILADA HITAM

ENERGI 120 Kkal

KOLESTEROL 26 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 09:59:38

## MENU

SATE MARANGI

ENERGI 81 Kkal

KOLESTEROL 23 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:10:38

## MENU

SATE PADANG

ENERGI 134 Kkal

KOLESTEROL 132 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:11:3

## MEI

SPLAT SOLO

ENERGI 1

KOLESTEROL



MEMOBIR

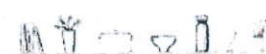
02/21/2019 10:18:14

## MENU

SEMUR DAGING

ENERGI 123 Kkal

KOLESTEROL 26 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:09:44

## MENU

SEMUR

ENERGI 154 Kkal

KOLESTEROL 118 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:16:45

## MENU

SOPI BUNTUT

ENERGI 130 Kkal

KOLESTEROL 30 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:15:27

## MENU

SOPI GA SAPI

ENERGI 112 Kkal

KOLESTEROL 80 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:30:33

## MENU

SOTO BANDUNG

ENERGI 112 Kkal

KOLESTEROL 26 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:19:1

## MEI

SOTO BETAWI

ENERGI 1

KOLESTEROL 12



MEMOBIR

02/20/2019 14:29:39

## MENU

GURAME ASAM MANIS

ENERGI 90 Kkal

KOLESTEROL 15 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:36:56

## MENU

GURAME BAKAR

ENERGI 45 Kkal

KOLESTEROL 18 mg



MEMOBIRD

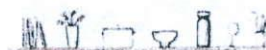
02/20/2019 14:35:46

## MENU

GURAME GORENG

ENERGI 71 Kkal

KOLESTEROL 21 mg



MEMOBIRD

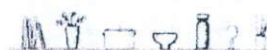
02/20/2019 14:33:04

## MENU

GURAME GORENG TEPUNG

ENERGI 91 Kkal

KOLESTEROL 15 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:39:12

## MENU

GURAME SAMBAL MANGGA

ENERGI 104 Kkal

KOLESTEROL 15 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:30:54

## MEN

GURAME PESMOI

ENERGI 8

KOLESTEROL 1



MEMOBIRD

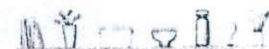
02/20/2019 14:20:17

## MENU

IKAN ASIN (satu potong)

ENERGI 25 Kkal

KOLESTEROL 8 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:41:04

## MENU

IKAN ASIN BALADO

ENERGI 52 Kkal

KOLESTEROL 8 mg



MEMOBIRD

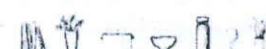
02/20/2019 14:25:19

## MENU

IKAN BAKAR KUE

ENERGI 45 Kkal

KOLESTEROL 18 mg



MEMOBIRD

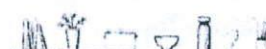
02/20/2019 14:42:50

## MENU

IKAN BULIS GORENG TEPUNG

ENERGI 67 Kkal

KOLESTEROL 26 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:29:06

## MENU

IKAN GARANG ASEM

ENERGI 55 Kkal

KOLESTEROL 15 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:31:24

## MEN

IKAN MAS GORENG

ENERGI 71

KOLESTEROL 21



MEMOBIRD

02/20/2019 14:44:54

## MENU

SOP IKAN TENGGIRI

ENERGI 65 Kkal

KOLESTEROL 12 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:48:00

## MENU

SOP IKAN TONGKOL

ENERGI 65 Kkal

KOLESTEROL 12 mg



MEMOBIRD

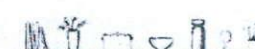
02/20/2019 14:30:33

## MENU

TENGGIRI ASAM PADEH

ENERGI 65 Kkal

KOLESTEROL 12 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:50:15

## MENU

TENGGIRI FILET ASAM MANIS

ENERGI 100 Kkal

KOLESTEROL 12 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:41:29

## MENU

TENGGIRI GORENG

ENERGI 82 Kkal

KOLESTEROL 12 mg

02/20/20

## MENU

TONGKOL BALADO

ENERGI 82 Kkal

KOLESTEROL 12 mg

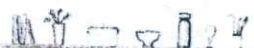
02/20/20

## MENU

TONGKOL SAMBAL MATAH

ENERGI 82 Kkal

KOLESTEROL 12 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:50:37

## MEN

TENGGIRI PESMOL

ENERGI 91 Kkal

KOLESTEROL 12 mg

02/20/20

## MEN

TUMIS JAMBAL PETE

ENERGI 75 Kkal

KOLESTEROL 26 mg

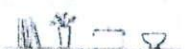
20/20

## MEN

TONGKOL SUWIR BALADO

ENERGI 68 Kkal

KOLESTEROL 25 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:48:24

## MENU

TERI TEPUNG

ENERGI 83 Kkal

KOLESTEROL 7 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:24:12

## MENU

TENGGIRI WOKU

ENERGI 65 Kkal

KOLESTEROL 12 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:25:46

## MENU

TERI BALADO

ENERGI 54 Kkal

KOLESTEROL 8 mg



MEMOBIRD

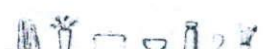
02/20/2019 14:24:47

## MENU

TERI SAMBAL HIJAU

ENERGI 54 Kkal

KOLESTEROL 8 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:51:43

## MENU

ES ALPUKAT

ENERGI 100 kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:51:33

## MENU

ES BLEMAH

ENERGI 58 kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

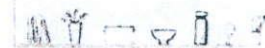
02/21/2019 10:36:45

## MENU

ES PIJAH

ENERGI 98 kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

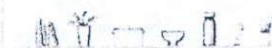
02/21/2019 10:35:13

## MENU

ES CAMPUR

ENERGI 97 kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

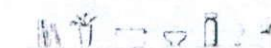
02/21/2019 10:44:09

## MENU

ES CIRCAN

ENERGI 63 kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:34:11

## MEI

ES DAWET

ENERGI 1

KOLESTEROL 3



MEMOBIRD

02/21/2019 10:41:45

## MENU

ES DOKER

ENERGI 111 kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:48:41

## MENU

ES MANGGA NATA DE COCO

ENERGI 68 kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:33:50

## MENU

ES MELON JERUK

ENERGI 63 kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

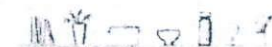
02/21/2019 10:39:27

## MENU

ES MELON NATA DE COCO

ENERGI 67 kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:43:40

## MENU

ES MELON SERUT

ENERGI 58 kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:51:11

## MEI

ES JERUK

ENERGI 1

KOLESTEROL 1



MEMOBIRD

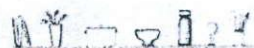
02/20/2019 14:33:57

## MENU

JAN SUWIR BALADO

ENERGI 68 Kkal

KOLESTEROL 25 mg



MEMOBIRD

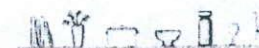
02/20/2019 14:33:31

## MENU

KAKAP ASAM PADEH

ENERGI 65 Kkal

KOLESTEROL 12 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:31:47

## MENU

KAKAP RICA

ENERGI 91 Kkal

KOLESTEROL 15 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:11:41

## MENU

MELIAIR GORENG

ENERGI 73 Kkal

KOLESTEROL 11 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:40:33

## MENU

NILA GORENG

ENERGI 71 Kkal

KOLESTEROL 21 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:35:11

## MEN

PEMPEK (per p)

ENERGI 11

KOLESTEROL 9



MEMOBIRD

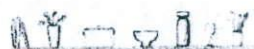
02/20/2019 14:36:32

## MENU

NDANG PATIN

ENERGI 40 Kkal

KOLESTEROL 16 mg



MEMOBIRD

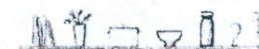
02/20/2019 14:26:36

## MENU

PEPES IKAN MAS

ENERGI 32 Kkal

KOLESTEROL 17 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:49:04

## MENU

SATE LILIT (per tusuk)

ENERGI 52 Kkal

KOLESTEROL 10 mg



MEMOBIRD

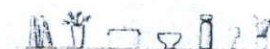
02/20/2019 14:32:08

## MENU

SOP IKAN GURAME

ENERGI 55 Kkal

KOLESTEROL 15 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:23:47

## MENU

SOP IKAN KERAPU

ENERGI 55 Kkal

KOLESTEROL 15 mg



MEMOBIRD

02/20/2019 14:51:36

## MEN

SOP IKAN SALMON

ENERGI 72

KOLESTEROL 13



MEMOBIRD

02/21/2019 10:38:15

**MENU**

ES KELAPA

ENERGI 120 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:38:38

**MENU**

ES KELAPA DA MERAH

ENERGI 120 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:52:21

**MENU**

ES KELAPA JERUK

ENERGI 97 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD


02/21/2019 10:39:03

**MENU**

ES KELAPA JERUK NIPIS

ENERGI 123 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:51:58

**MENU**

ES KOPYOR

ENERGI 96 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:55:08

**MEN**

ES LONGAN

ENERGI 74

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD


02/21/2019 10:45:18

**MENU**

ES MARKISA

ENERGI 45 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:42:51

**MENU**

ES PORENG

ENERGI 136 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:47:29

**MENU**

ES PUTER

ENERGI 94 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:50:38

**MENU**

ES SARANG BURUNG

ENERGI 89 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:43:12

**MENU**

ES SEMANGKA

ENERGI 57 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:40:35

**MEN**

ES SIRSAK

ENERGI 70

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:41:08

## MENU

ES TELER

ENERGI 102 Kkal

KOLESTEROL 4 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:55:42

## MENU

ES TIMUN JERUK

ENERGI 54 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:44:53

## MENU

ES TIMUN SERUT

ENERGI 61 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:37:14

## MENU

FANTASY FRUIT

ENERGI 71 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:48:04

## MENU

JUS ALPUKAT

ENERGI 90 Kkal

KOLESTEROL 4 mg



MEMOBIRD

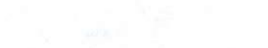
02/21/2019 10:56:17

## MEI

JUS BUAH NAGA

ENERGI

KOLESTEROL



02/21/2019 10:59:17

## ME

FANTASY FRUIT

ENERGI

02/21/2019 10:49:03

## MENU

JUS JAMBU

ENERGI 55 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:52:48

## MENU

JUS JAMBU JERUK

ENERGI 60 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:44:30

## MENU

JUS MANGGA

ENERGI 61 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:49:34

## MENU

JUS SIRSAK

ENERGI 65 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:56:50

## MENU

LEMON TEA

ENERGI 55 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/21/2019 10:54:17

## ME

JUS MARKISA

ENERGI

KOLESTEROL



02/19/2019 14:43:24

## MENU

SE DAGING LIDAH

ENERGI 137 Kkal

KOLESTEROL 26 mg



MEMOBIRD

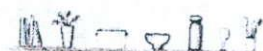
02/19/2019 14:34:29

## MENU

BALADO KENTANG TELUR PUYUH

ENERGI 108 Kkal

KOLESTEROL 221 mg



MEMOBIRD

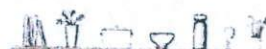
02/19/2019 14:35:26

## MENU

BALADO KENTANG UDANG

ENERGI 87 Kkal

KOLESTEROL 31 mg



MEMOBIRD

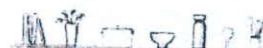
02/19/2019 14:33:59

## MENU

BALADO TAHU TELUR PUYUH

ENERGI 105 Kkal

KOLESTEROL 221 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:39:24

## MENU

BEBEK KALIO

ENERGI 165 Kkal

KOLESTEROL 30 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 09:00:00

## MEI

BEBEK RICA

ENERGI 1

KOLESTEROL 1



MEMOBIRD

02/19/2019 14:42:56

## MENU

CUMI BAKAR

ENERGI 120 Kkal

KOLESTEROL 234 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:40:33

## MENU

CUMI CABE HIJAU

ENERGI 102 Kkal

KOLESTEROL 150 mg



MEMOBIRD

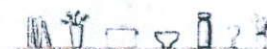
02/19/2019 14:36:26

## MENU

CUMI GORENG TEPUNG

ENERGI 138 Kkal

KOLESTEROL 150 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:29:47

## MENU

GULAI CUMI

ENERGI 116 Kkal

KOLESTEROL 150 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:50:21

## MENU

GULAI KIKIL

ENERGI 85 Kkal

KOLESTEROL 10 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:37:53

## MEN

KARI UDANG

ENERGI 98

KOLESTEROL 94



02/19/2019 14:42:01

## MENU

IDAHI PAPIKA

ENERGI 137 Kkal

KOLESTEROL 26 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:38:36

## MENU

MARTABAK TELUR (per potong)

ENERGI 112 Kkal

KOLESTEROL 36 mg



MEMOBIRD

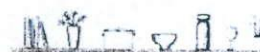
02/19/2019 14:51:17

## MENU

PARU BALADO

ENERGI 124 Kkal

KOLESTEROL 23 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:51:36

## MENU

PARU GORENG

ENERGI 124 Kkal

KOLESTEROL 23 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:40:02

## MENU

PINDANG TELUR

ENERGI 47 Kkal

KOLESTEROL 127 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:48:1

## MEI

PINDANG TELUR PU

ENERGI

KOLESTEROL



MEMOBIR

02/19/2019 14:41:36

## MENU

SAMBAL GORENG ATI

ENERGI 100 Kkal

KOLESTEROL 136 mg



02/19/2019 14:46:19

## MENU

SATE AMPLA

ENERGI 30 Kkal

KOLESTEROL 11 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:46:51

## MENU

SATE ATI

ENERGI 50 Kkal

KOLESTEROL 202 mg



MEMOBIRD

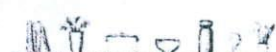
02/19/2019 14:45:03

## MENU

SATE KERANG

ENERGI 36 Kkal

KOLESTEROL 12 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:34:58

## MENU

SATE TELUR PUYUH

ENERGI 34 Kkal

KOLESTEROL 160 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:32:1

## MEI

TELUR ASIN

ENERGI 4

KOLESTEROL 6



02/19/2019 14:15:33

## MENU

TELUR DADAR

ENERGI : 94 Kkal

KOLESTEROL : 191 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:42:28

## MENU

UDANG BAKAR KECAP

ENERGI : 79 Kkal

KOLESTEROL : 91 mg



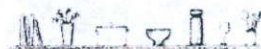
02/19/2019 14:44:02

## MENU

TELUR URIP

ENERGI : 56 Kkal

KOLESTEROL : 115 mg



MEMOBIRD

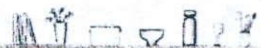
02/19/2019 14:31:42

## MENU

UDANG BAKAR MADU

ENERGI : 79 Kkal

KOLESTEROL : 94 mg



MEMOBIRD

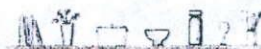
02/19/2019 14:50:46

## MENU

TOFU SAUS TIRAM

ENERGI : 74 Kkal

KOLESTEROL : 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:41:00

## MENU

UDANG BALADO

ENERGI : 91 Kkal

KOLESTEROL : 94 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:52:46

## MENU

TOMYUM

ENERGI : 88 Kkal

KOLESTEROL : 113 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:49:43

## MENU

UDANG SAUS TIRAM

ENERGI : 91 Kkal

KOLESTEROL : 94 mg



MEMOBIRD

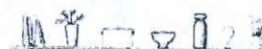
02/19/2019 14:36:55

## MENU

TUMIS CUMI

ENERGI : 102 Kkal

KOLESTEROL : 150 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:37:00

## MEI

TUMIS CUMI ASIN

ENERGI : 1

KOLESTEROL : 1



MEMOBIRD

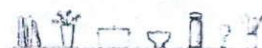
02/19/2019 14:33:10

## MENU

UDANG TEMPURA

ENERGI : 115 Kkal

KOLESTEROL : 190 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:09:26

## MENU

SIU PANGGANG

ENERGI 19 Kkal

KOLESTEROL 42 mg



MEMOBIRD

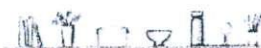
02/19/2019 14:13:50

## MENU

TAHU TAUCU

ENERGI 82 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:13:20

## MENU

TAHU TELUR

ENERGI 119 Kkal

KOLESTEROL 42 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:12:49

## MENU

TUMIS ONCOM

ENERGI 100 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:16:06

## MENU

TUMIS TAHU TELUR

ENERGI 75 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:05:49

## MEN

TEMPE BACEM

ENERGI 83 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:06:56

## MENU

TEMPE BALADO

ENERGI 132 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



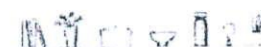
02/19/2019 14:05:12

## MENU

TEMPE GORENG

ENERGI 123 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



02/19/2019 14:06:26

## MENU

TEMPE MENDOAN

ENERGI 142 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



02/19/2019 14:04:37

## MENU

TEMPE OREK

ENERGI 40 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



02/19/2019 14:14:32

## MENU

UYUNG HAY

ENERGI 129 Kkal

KOLESTEROL 199 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:14:58

## MENU

KERING TEMPE

ENERGI 70 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:10:48

## MENU

PEPES TAHU

ENERGI 28 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:10:48

## MENU

PERKEDEL ONCOM

ENERGI 80 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:12:13

## MENU

PERKEDEL TAHU

ENERGI 82 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

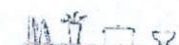
02/19/2019 14:11:30

## MEN

SEMUR TAHU

ENERGI 68 Kkal

KOLESTEROL 11 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:08:06

## MENU

TAHU BACEM

ENERGI 103 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:07:30

## MENU

TAHU GORENG

ENERGI 103 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

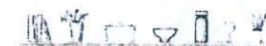
02/19/2019 14:10:01

## MENU

TAHU GORENG PEDAK

ENERGI 103 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:17:03

## MENU

TAHU GORENG TEPUNG

ENERGI 99 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:16:34

## MENU

TAHU ISI

ENERGI 99 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:08:49

## MEN

TAHU LADA GARAM

ENERGI 121 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 14:59:49

**MENU**

AYAM KODOK

ENERGI 146 Kkal

KOLESTEROL 34 mg



MEMOBIRD

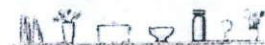
02/18/2019 14:54:46

**MENU**

AYAM GEPREK

ENERGI 133 Kkal

KOLESTEROL 30 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 14:53:04

**MENU**

AYAM BALADO

ENERGI 157 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

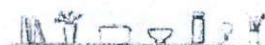
02/18/2019 14:51:21

**MENU**

AYAM BAKAR

ENERGI 127 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 13:35:46

**MENU**

AYAM GORENG

ENERGI 133 Kkal

KOLESTEROL 30 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 09:23:53

**MEN**

AYAM FILLET RICA

ENERGI 1

KOLESTEROL 2



MEMOBIRD

02/18/2019 14:57:04

**MENU**

PINDANG AYAM

ENERGI 114 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

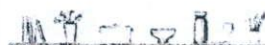
02/18/2019 14:55:49

**MENU**

AYAM BACEM

ENERGI 133 Kkal

KOLESTEROL 30 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 14:53:47

**MENU**

OPOR AYAM

ENERGI 132 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

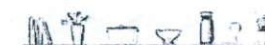
02/18/2019 14:52:17

**MENU**

AYAM WOKU

ENERGI 114 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

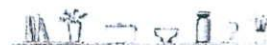
02/19/2019 09:22:31

**MENU**

AYAM PRESTO

ENERGI 157 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

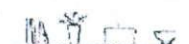
02/19/2019 09:24:09

**MEN**

CHICKEN CORDON ROUGE

ENERGI 16

KOLESTEROL 35



MEMOBIRD

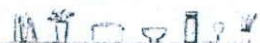
02/18/2019 15:07:31

**MENU**

AYAM RICA

ENERGI 157 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

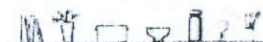
02/18/2019 15:06:23

**MENU**

AYAM KECAI

ENERGI 131 Kkal

KOLESTEROL 31 mg



MEMOBIRD

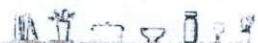
02/18/2019 15:05:09

**MENU**

AYAM PANGGANG

ENERGI 127 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

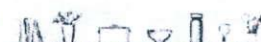
02/18/2019 15:03:11

**MENU**

AYAM KALEO

ENERGI 132 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:00:25

**MENU**

AYAM BETUTU

ENERGI 127 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 14:58:18

**MENU**

PEPEK AYAM

ENERGI 114 K

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:06:55

**MENU**

AYAM MENTEGA

ENERGI 131 Kkal

KOLESTEROL 31 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:05:47

**MENU**

AYAM UNGREP

ENERGI 114 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:04:01

**MENU**

AYAM TERIYAKI

ENERGI 131 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:02:13

**MENU**

GULAI AYAM

ENERGI 132 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:01:25

**MENU**

AYAM BESENCEK

ENERGI 132 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 14:59:02

**MENU**

SATE AYAM (per tus)

ENERGI 97 Kkal

KOLESTEROL 12 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:20:17

## MENU

NASI PUTIH (150 gr)

ENERGI 195 Kkal

KOLESTEROL 0 mg



MEMOBIRD

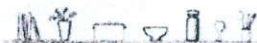
02/18/2019 15:18:47

## MENU

AYAM GARANG ASEM

ENERGI 114 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:13:17

## MENU

ROLAD AYAM

ENERGI 125 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:12:26

## MENU

AYAM TANUKAI

ENERGI 114 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:10:06

## MENU

AYAM PANGGANG THAILAND

ENERGI 127 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:09:23

## MENU

AYAM TORAJA

ENERGI 132

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:14:43

## MENU

AYAM SUWIR

ENERGI 143 Kkal

KOLESTEROL 28 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:13:58

## MENU

AYAM CABE HIJAU

ENERGI 157 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:11:33

## MENU

AYAM KURMA

ENERGI 140 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:10:55

## MENU

AYAM SUNDUNG

ENERGI 133 Kkal

KOLESTEROL 30 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:08:49

## MENU

AYAM POP

ENERGI 114 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/18/2019 15:08:06

## MENU

AYAM KALASAN

ENERGI 127 Kkal

KOLESTEROL 32 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 10:47:24

## MENU

SOP AYAM

ENERGI 123 Kkal

KOLESTEROL 28 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 10:49:35

## MENU

SOP BAKSO

ENERGI 98 Kkal

KOLESTEROL 22 mg



MEMOBIRD

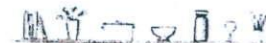
02/19/2019 10:46:54

## MENU

SOP KACANG MERAH

ENERGI 123 Kkal

KOLESTEROL 20.2 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 10:47:56

## MENU

SOP KIMLO

ENERGI 110 Kkal

KOLESTEROL 20 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 10:50:08

## MENU

SOTO BANGKONG

ENERGI 85 Kkal

KOLESTEROL 20 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 10:48:52

## MEN

SOTO KUDUS

ENERGI 85

KOLESTEROL 20



MEMOBIRD

02/19/2019 10:46:21

## MENU

SOTO LAMONGAN

ENERGI 122 Kkal

KOLESTEROL 18 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 10:48:22

## MENU

SOTO MIE

ENERGI 120 Kkal

KOLESTEROL 28 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 10:20:12

## MENU

NASI TIMBEL

ENERGI 195 Kkal

KOLESTEROL 6 mg



MEMOBIRD

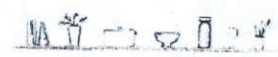
02/19/2019 10:23:13

## MENU

NASI TUTUG ONCOM

ENERGI 240 Kkal

KOLESTEROL 3 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 10:21:42

## MENU

SAMBAL KENTANG

ENERGI 106 Kkal

KOLESTEROL 126 mg



MEMOBIRD

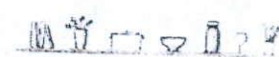
02/19/2019 09:58:58

## MENU

SOLUN GORENG

ENERGI 122 Kkal

KOLESTEROL 5 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 11:53:15

## MENU

BAKWAN

ENERGI 81 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 14:31

## ME

BAKWAN UDANG

ENERGI

KOLESTEROL



MEMOB

02/19/2019 11:51:27

## MENU

PERKEDEL CABE

ENERGI 55 Kkal

KOLESTEROL 8 mg



MEMOBIRD

02/19/2019 11:52:33

## MENU

PERKEDEL JAGUNG

ENERGI 81 Kkal

KOLESTEROL 2 mg



MEMOBIRD

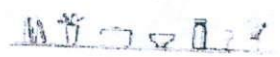
02/19/2019 11:50:38

## MENU

PERKEDEL KENTANG

ENERGI 55 Kkal

KOLESTEROL 8 mg



MEMOBIRD

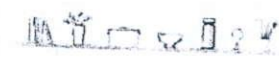
02/19/2019 11:52:01

## MENU

PERKEDEL KENTANG DAGING

ENERGI 82 Kkal

KOLESTEROL 15 mg



MEMOBIRD

**Lampiran 4.4.**  
**KEGIATAN TAHAP KE-4**

## Perbaikan master menu

### Lampiran 4.3.

#### CV.DHIVANA CATERING

Telp.085287735381 / 081932164111

##### MENU 1 ( PAKET AYAM KALASAN )

1. Nasi
2. Ayam kalasan
3. Sayur asam / ca'kangkung / urapan
4. Hati / ampela balado / ikan goreng
5. Bakwan jagung / tempe / tahu
6. Buah potong / kulit
7. Sambal + lalapan
8. Kerupuk
9. Minuman dingin
10. 10.Aqua

##### MENU 2 ( ALA MANADO )

1. Nasi putih
2. Sop kacang merah
3. Ayam waku
4. Tenggiri rica - rica
5. Cakalang jagung muda
6. Oseng kembang pepaya + daun pepaya
7. Bakwan jagung
8. Sambal lalab
9. Kerupuk
10. Es jeruk + belimbing *es jeruk belimbing*
11. Aqua

##### MENU 3 ( PAKET SEAFOOD )

1. Nasi
2. Sop Ikan
3. Cumi goreng tepung
4. Bawal bakar
5. Ca'kangkung / baby kailan
6. Crek tempe
7. Udang tauco
8. Bakwan sayur
9. Buah
10. Sambal + lalapan
11. Kerupuk
- 11.Aqua

##### MENU 4 ( PAKET NASI RAWON )

1. Nasi putih
2. Rawon
3. Perkedel
4. Telor asin
5. Kecamba / kemangi
6. Ayam balado
7. Tempura
8. Sambal lalaban
9. Kerupuk
10. Es cook tile
11. Buah kulit / potong
12. Aqua

##### MENU 5

1. Nasi
2. Soto Padang
3. Ayam Gulai
4. Telor Dadar Tebal
5. Oseng Daun Singkong
6. Teri Padang Balado
7. Mendoan
8. Buah Kulit / Potong
9. Sambal + Lalapan
10. Kerupuk
11. Es Kelapa Gula Merah
12. Aqua

##### MENU 6

1. Nasi
2. Sop Kacang Merah
3. Ayam Cabe Paprika
4. Udang Goreng Tepung
5. Tenggiri Balado
6. Cap Cay
7. Tahu Tauco
8. Mendoan
9. Buah Kulit / Potong
10. Sambal + Lalapan
11. Kerupuk
12. Es Cincau Ijo
13. Aqua

## CV. DHIVANA CATERING

Telp. 085287735381 / 081932164111

### MENU 7

1. Nasi
2. Sayur sop
3. Ayam kecap
4. Empal balado
5. tenggiri *Pesmol*
6. goreng kentang ati
7. mendoan
8. Buah kulit / potong
9. Sambal + lalapan
10. kerupuk
11. es melon nata the coco
12. Aqua

### MENU 8

1. Nasi timbel
2. Sop jagung
3. Sate ayam
4. ~~Kue~~ bakar
5. Soun ca'udang
6. Teri basai goreng tepung
7. Tempe cabe ijo
8. Acar masak
9. Gorengan
10. Buah
11. Samabal + lalapan
12. Kerupuk
13. Aqua

### MENU 9 ALA SUNDA

1. Nasi timbel
2. Sayur asem
3. Pepes ikan mas
4. Empal manis
5. Ayam bakar
6. Tahu tempe bacem
7. Ikan asin jambal roti cabe ijo
8. Buah potong / kulit
9. Sambal + lalapan
10. Kerupuk lampung
11. Es dawed
12. Aqua

### MENU 10

1. Nasi
2. Sop asparagus
3. Tempura
4. Ayam goreng kremesan
5. Baby Kaylan Cah sapi
6. Bakwan sayur
7. Orek kentang
8. Buah
9. Bistik
10. Sambal + lalapan
11. Kerupuk
12. Es jus mangga
13. Aqua

### MENU 11

1. Nasi
2. Sop kimlo
3. Gurame filet asam manis
4. Rendang
5. Ayam suir
6. Cap cay
7. Sambel goreng tahu + udang
8. Gorengan
9. Buah Kulit / potong
10. Sambal + lalapan
11. Kerupuk
12. Es kelapa
13. Aqua
14. Puding

### MENU 12

1. Nasi putih
2. Sy. Goreng asem
3. Empal serundeng
4. Bawal goreng balado
5. Oseng kacang panjang tempe
6. Teri basah goreng kering
7. Perkedel daging
8. Buah kulit / ptong
9. Sambal + lalapan
10. Kerupuk
11. Cock tile
12. Aqua

## CV. DHIVANA CATERING

Telp. 085287735381 / 081932164111

### MENU 13

1. Nasi
2. Sop kimlo
3. Ayam kecap
4. Daging printil
5. Oseng toge jagung tahu bandung
6. Telor dadar gulung
7. Buah
8. Sambal + lalapan
9. Kerupuk
10. Es kopyar
11. Aqua

### MENU 14

1. Nasi
2. Sop daging
3. Ayam balado
4. Cumi saus tiram
5. Orek kentang teri medan
6. Soun ca udang
7. Buah kulit / buah potong
8. Sambal + lalapan
9. Kerupuk
10. Es campur
11. Aqua

### MENU 15

1. Nasi
2. Sayur lodeh
3. Pepes ayam
4. Ikan mas goreng
5. Sambal goreng kentang kering
6. Pepes teri basah
7. Tahu bandung + gorengan
8. Buah
9. Sambal + lalapan
10. Kerupuk
11. Aqua

### MENU 16

1. Nasi
2. Lodeh daun singkong + teri medan
3. Ikan bawal bakar
4. Empal balado
5. Gado – gado padang
6. Teri padang kentang balado
7. Bakwan jagung
8. Buah potong / kulit
9. Sambal + lalapan
10. Kerupuk
11. Jus jeruk + belimbing
12. Aqua

### MENU 17

1. Nasi
2. Empal manis
3. Udang goreng tepung
4. Tahu bandung
5. Sayur asem
6. Ikan asin tipis balado
7. Gorengan
8. Buah potong / kulit
9. Sambal + lalapan
10. Kerupuk
11. Es cincau ijo
12. Aqua

### MENU 18

1. Nasi
2. Soto padang
3. Telor dadar tebal
4. Empal balado
5. Teri padang balada kentang
6. Oseng daun singkong + tahu medan
7. Buah kulit / potong
8. Sambal + lalapan
9. Kerupuk / mendoan
10. Es jus jambu
11. Aqua

## CV. DHIVANA CATERING

Telp. 085287735381 / 081932164111

### MENU 19

1. Nasi
2. Sop makroni
3. Daging teriyaki
4. Cumi goreng tepung
5. Oseng soun ca'udang
6. Cap cay
7. Tahu tauco
8. Mendoan
9. Buah
10. Sambal + lalapan
11. Kerupuk
12. Jus jeruk
13. Aqua

### MENU 20

1. Nasi
2. Sop sayur
3. Ayam gulai
4. Bawal bakar
5. Ca brokoli
6. Cumi asin cabe ijo
7. Gorengan
8. Buah
9. Sambal + lalapan
10. Kerupuk
11. Es kelapa
12. Aqua

### MENU 21

1. Nasi
2. Bakso buah
3. Ayam opor
4. Telur pindang
5. Tahu opor
6. Ampela balado
7. Krecek
8. Gudeg + peyek
9. Buah melon
10. Sambal + lalapan
11. Kerupuk
12. Aqua

### MENU 22

1. Nasi
2. Soto padang
3. Ikan bakar
4. Rendang
5. Gulai nangka
6. Teri balado
7. Sambel cabe ijo
8. Gorengan
9. Timun / daun singkong
10. Buah + lalapan
11. Kerupuk
12. Es cincau hijau
13. Aqua

### MENU 23

1. Nasi → *SOP KIMLO*
2. Semur daging
3. Ayam balado
4. Sambel goreng kentang hati
5. Cap cay + bakso
6. Perkedel
7. Acar masak
8. Buah
9. Sambal + lalapan
10. Kerupuk
11. Aqua

### MENU 24

1. Nasi
2. Sop jagung
3. Beef teriyaki
4. Ayam suir
5. Udang balado
6. Bakwan jagung
7. Toge jepang + tahu Bandung
8. Buah potong + kulit
9. Sambal + lalapan
10. Kerupuk
11. Es kopyor
12. Aqua

**CV.DHIVANA CATERING**  
**Telp.085287735381 / 081932164111**

**MENU 25**

1. Nasi
2. Sop kimlo
3. Ayam Bakar
4. Udang Cabe Ijo
5. Oseng Jagung Muda + Jamur + Ati Ampela
6. Perkedel
7. Bakwan Sayur
8. B.H. Potong / kulit
9. Sambel + Lalapan
10. Kerupuk
11. Minuman Es Jeruk
12. Aqua

**MENU 26**

1. Nasi
2. Sop Makaroni
3. Bistik Daging
4. Bawal Bakar
5. Salad Sayur
6. Kimlo Kering
7. Sambel Goreng Kentang Ati
8. Bakwan Jagung
9. Buah Kulit / BH Potong
10. Sambal + Lalapan
11. Kerupuk
12. Es Kopyor
13. Aqua

**PILIHAN SAYUR BERKUAH**

1. Sayur lodeh
2. Bobor daun singkong
3. Sayur soup
4. Soup kimlo
5. Aneka soto
6. Sayur asem
7. Gulai daun singkong
8. Gulai nangka
9. Gulai rebung
10. Sayur kembang pepaya
11. Pindang tangkar
12. Garang Asem ayam
13. Bakso + tahu
14. Bakso urat
15. Bakwan malang

**MENU 27**

1. Nasi
2. Sop Sayur
3. Rendang
4. Kakap Filet Asam Manis
5. Pakcoy + Bakso Ikan + Telur
6. Samabal Krecek
7. Ayam Suwir
8. Buah Kulit / potong
9. Sambal / Lalapan
10. Kerupuk
11. Aqua

**MENU 28**

1. Nasi
2. Sayur Lodeh
3. Ayam Kremesan
4. Tenggiri Balado
5. Karedok
6. Goreng Kentang Hati
7. Tempe Bacem / Tahu Bandung
8. Es Dawed
9. Sambal + Lalapan
10. Kerupuk
11. BH. Potong / Kulit
12. Aqua

**ANEKA SOTO**

1. Soto padang
2. Soto kudus
3. Soto ayam
4. Soto betawi
5. Soto mie

## CV. DHIVANA CATERING

Telp. 085287735381 / 081932164111

### MENU TRADISIONAL ( DENGAN NYIRU ) ( TAMPAN )

1. Nasi putih
2. Empal / sate udang
3. Tempe / tahu bacem
4. Sayur asem
5. Urapan
6. Ikan mas / bawal goreng / ayam bakar
7. Orek kentang kacang teri medan
8. Ikan asin balado
9. Oseng oncom / perkedel oncom
10. Lalapan + sambal terasi
11. Dawed
12. Aneka puding
13. Aneka buah potong

### MENU TRADISIONAL ( Dengan nyiru )

1. Nasi putih
2. Empal / ayam bakar / ayam goreng kremesan
3. Tempe, tahu bacem
4. Sayur lodeh
5. Urapan
6. Ikan mas / bawal goreng / gureme goreng terbang
7. Teri medan kacang balado
8. Gorengan
9. Oseng oncom
10. Lalapan + sambal terasi
11. Cockuail
12. Aneka puding
13. Aneka buah potong

## CV. DHIVANA CATERING

Telp. 085287735381 / 081932164111

### MENU

1. Nasi putih
2. Sop kimle / bakso sop ayam kampung / sop jagung
3. Rendung / dendeng balado / semur / empal
4. Ayam mentega / kecap / bakar / gulai / sate ayam
5. Sayuran / cap cay / oseng buncis jagung muda
6. Orek kentang
7. Kerupuk
8. Gorengan
9. Aneka buah potong
10. Aneka puding
11. Air mineral
12. Cocktail / es kopyor agar – agar kelapa muda / es buah melon

### COFFEE BREAK

1. Coffee + krim / coffee mix
2. Teh manis
3. Aneka kue manis ( singkong keju, talam mangkuk, kue pepek, aneka kue tradisional )
4. Anek kue asin ( semar mendem, pisang molen keju bakar, sus ragut, talam ebi )
5. Aneka camilan ( singkong keju, cheese stick bawang, Kacang rebus, pisang rebus )
6. Buah

( bonus bandrek )

## PAKET SNACK UNTUK RAPAT KOMISI

### MENU 1

Pastel Ma Cik  
Klapertart  
Keletikan  
Buah

### MENU 2

Roti Coklat  
Sosis Solo  
Keletikan  
Aqua

### MENU 3

Singkong Thailand  
Risol  
Pisang Rebus  
Aqua

### MENU 4

Lapis Singkong  
Lalampa  
Jagung Voile  
Buah

### MENU 5

Lemper Bakar  
Talam Ubi  
Tales Urap  
Buah

### MENU 6

Burger Mini  
Kelepon  
Adame  
Buah

### MENU 7

Craisen Keju  
Kue Nangka  
Kue Rebus  
Buah

### MENU 8

Pay Ayam  
Lapis Surabaya Holland  
Keletikan  
Buah

### MENU 9

Martabak  
Kue Lumpur  
Keletikan  
Buah

### MENU 10

Bakwan Udang  
Bolu Roll Bread Talk  
Keletikan  
Buah

### MENU 11

Kroket  
Spam Cake Ketan Hitam  
Keletikan  
Buah

### MENU 12

Semar Mendem  
Spam Cake Pandan  
Keletikan  
Buah

### MENU 13

Tahu Jamur  
Putu Mayang  
Keletikan  
Buah

### MENU 14

Tahu Bakso  
Serabi Kuah  
Keletikan  
Buah

### MENU 15

Panada  
Bingka Ambon Holland  
Keletikan  
Buah

### MENU 16

Macaroni Seatel  
Singkong Keju  
Keletikan  
Buah

### MENU 17

Arem-Arem Special  
Bubur Sumsum  
Keletikan  
Buah

### MENU 18

Kue Ku Monami  
Pastel Ma Cik  
Keletikan  
Buah

### MENU 19

Egtar  
Craisen Keju  
Keletikan  
Buah

### MENU 20

Pisang Garing  
Roti Abon Holland  
Keletikan  
Buah

### MENU 21

Bubur Sumsum  
Arem-Arem  
Pisang Rebus  
Buah

MENU 22

Roti Mexico Boy  
Sosis Solo  
Keletikan  
Aqua

MENU 23

Sus Buah  
Arem-Arem  
Tales Urap  
Buah

MENU 24

Lemper Bakar  
Singkong Pelangi  
Jagung Voile  
Buah

MENU 25

Kelepon  
Craisen Keju  
Adame  
Buah

MENU 26

Onde-Onde  
Burger Mini  
Jagung Rebus  
Buah

MENU 27

Sand Wich  
Egtar  
Keletikan  
Buah

MENU 28

Roti Pisang Coklat  
Lemper Ayam  
Keletikan  
Buah

MENU 29

Lalampa  
Talam Ubi  
Keletikan  
Buah

MENU 30

Serabi Sanitas  
Tahu Jamur  
Keletikan  
Buah

MENU 31

Sus Keju  
Lapis Surabaya Holland  
Keletikan  
Buah

MENU 32

Panada Legourmet  
Bubur Sumsum  
Keletikan  
Buah

MENU 33

Klapertart  
Lemper Bakar  
Keletikan  
Buah

MENU 34

Kroket  
Singkong Thailand  
Keletikan  
Aqua

MENU 35

Macaroni Seatel  
Bread Talk Bolu Gulung  
Keletikan  
Buah

Keterangan :

- Menu snack dapat diganti – ganti sesuai peminta.
- Keletikan bisa diganti rebusan.
- Buah sesuai dengan musimnya.