

ABSTRAK

Studi Pembuatan Model Menu Katering Sekolah di SMP-SMK Daarut Tauhid Bandung.

Pembimbing I Woro Priatini SPd,MSi, Pembimbing II Wendi Andriatna STP,MSi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui analisis kadar gizi menu yang sehat dan pembuatan susunan menu sehat seimbang dan menarik. Sehingga kita dapat mengetahui model menu katering yang cocok untuk anak sekolah berbasis asrama (*boarding school*).

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul. Dari hasil penelitian analisis kadar gizi menu meliputi zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, dan lemak yang dapat menghasilkan jumlah kalori lebih banyak untuk memberikan energi kepada anak sekolah dalam belajar dan beraktivitas serta membuat susunan menu sehat seimbang sesuai dengan rumus perhitungan dari Harris dan Benedict diketahui, untuk laki-laki kalori yang dibutuhkan dalam sehari 2.500,608 kkal dan untuk perempuan 2.204,22 kkal.

Kata Kunci : Analisis Kadar Gizi dan Susunan Menu Sehat Seimbang

ABSTRACT

A Study of School Making a Model of School Catering Menu at SMP-SMK Daarut Tauhid Bandung

Pembimbing I Woro Priatini SPd,MSi, Pembimbing II Wendi Andriatna STP,MSi

This study aims to determine the nutrient content analysis of the menu healthy menu and manufacture of healthy balanced composition and interesting menu. This it can be found the appropriate catering mode menu for students of boarding school.

The method of this study is Statis descriptive. It is used to analyse data by describing the collected data. The result showed that the research analysis nutrients such as carbohydrates, proteins, and fats that can make more calories to provide energy for school children in learning and activity, and in making list of balanced menu it should based on the calculation formula from Haris and Benedict, it is known that the calorie that a man needs in a day is 2.500,608 ccl as for a woman is 2.204,22 ccl.

Key word : Analysis of Nutrient Levels and Composition of Healthy Balance Menu