

# LAMPIRAN

**Lampiran 1. Menu pola makan MRS**

**POLA MAKAN MRS**

<b>Waktu</b>	<b>Menu Makanan</b>	<b>Bahan Makanan</b>	<b>Berat</b>	<b>E (kkal)</b>	<b>P (g)</b>	<b>L (g)</b>	<b>KH (g)</b>
Pagi (06.30)	Tidak ada asupan						
Selingan (08.30)							
Siang (12.00)							
Selingan (13.30)							
Sore (16.00)							
<b>PERENCANAAN ZAT GIZI</b>				0	0	0	0
<b>KEBUTUHAN ZAT GIZI</b>				1900	95	51	345
<b>% KECUKUPAN ZAT GIZI</b>				0%	0%	0%	0%

## Lampiran 2. Menu Intervensi

### MENU PERENCANAAN HARI PERTAMA TN. S

Waktu	Menu Makanan	Bahan Makanan	Berat	E (kkal)	P (g)	L (g)	KH (g)
Pagi (06.30)	Nasi Tim	Nasi tim	150	262,5	6	0	60
	Telur bb Semur	Telur	55	81	7	3	0
		Minyak	2	20	0	1,4	0
		Kecap	3	2,13	2	0,13	0,09
	Tahu isi	Tahu	55	44	9	3	3,18
		Wortel	10	3,6	1,6	0,1	0,8
		Daging Giiling	10	17,4	4	1	0
		Minyak	1	10	0	1,2	0
	Sup Oyong + Tahu Cina	Oyong	55	14	1,4	0,1	2,5
		Tahu	55	44	9	3	3,18
		Minyak	2	20	0	1,4	0
Buah	Apel	50	30	0,8	0	5,45	
Selingan (08.30)	Puding layer strawberry	Agar-agar	1	2,8	0	0	1,14
		Gula Tropicana	1	2,5	0	0	1
Siang (12.00)	Bubur	Bubur	200	350	8	0	80
	Ayam BB kuning #santan	Ayam cincang	40	104	8,77	2	0
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Tempe bacem basah	Tempe	61	86	10,2	3,2	7,4
		Gula merah	5	19	5	0	4,6
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Bening Labu siam	Labu siam	50	12,6	1,6	0,1	2,8
Buah	Pisang ambon	108	112	1,18	0,36	24,67	
Selingan (13.30)	Cair dingin	Susu diabetasol	24	104	4	2,8	15,6
Sore (16.00)	Nasi Tim	Nasi tim	200	350	8	0	80
	Daging Empal Basah	Daging Sapi	40	125	8	5	0
		Gula merah	5	19	5	0	4,6
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Telur rebus	Telur	55	81	7	3	0
Tahu bb rujak	Tahu	55	44	9	3	3,18	

		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Bening labu siam + wortel	Wortel	30	12,6	1,6	0,1	2,8
		Labu siam	40	10	0,78	0,019	2,04
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Buah	Pepaya	100	110	1,5	0	28,2
<b>PERENCANAAN ZAT GIZI</b>				2193	120	49	333
<b>KEBUTUHAN ZAT GIZI</b>				2300	115	51	345
<b>% KECUKUPAN ZAT GIZI</b>				95%	100%	96%	96%

### MENU PERENCANAAN HARI KEDUA TN. S

Waktu	Menu Makanan	Bahan Makanan	Berat (gr)	E (kkal)	P (gr)	L (gr)	KH (gr)
Pagi (06.30)	Bubur sum sum	Tepung beras	74	270	6	2	60
		Gula merah DM	5	19	5	0	4,6
	Telur rebus	Telur	55	81	7	3	0
	Pisang	Pisang barangan	120	109	1,5	1	27
Selingan (08.30)	Bubur kacang hijau	Kacang Hijau	40	165	14	3	7
		Gula merah DM	5	19	5	0	4,6
		Gula tropicana	1	2,5	0	0	1
siang (12.00)	Nasi tim	Nasi tim	200	350	8	0	80
	Daging semur	Daging	40	125	8	5	0
		Kecap	3	2,13	2	0,13	0,09
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Perkedel Tahu Kukus	Tahu	55	44	9	3	3,18
		Telur	5,5	9,4	0,7	0,5	0
	Sup sayur	Wortel	30	12,6	1,6	0,1	2,8
		Buncis	40	12,6	2,2	0,1	1,5
		Tomat	2	0,68	0,4	0	0
		Minyak	1	10	0	1,2	0
Buah	Pepaya	100	52	2	2	6	
Selingan (13.30)	Kue talam labu kuning	Labu kuning	70	26	1	0,1	6,5
		Tepung beras	50	182	3	0,7	35
		Tepung tapioka	50	64	1	1,45	7
		Santan	5	50	0	2,5	0
		Gula tropicana	1	2,5	0	0	1
sore (16.000)	Nasi Tim	Nasi tim	200	350	8	0	80
	Ikan Tenggiri	Ikan tenggiri	45	65	14	1,32	0

	Gulai #santan	Minyak	2	20	0	1,4	0
	Oseng Tempe BB kuning	Tempe	50	75	9	2,5	7
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Bening Kacang Panjang + Labu Kuning	Kacang panjang	50	16	0,91	1	3
		Labu kuning	50	19	1	0,1	3,5
	Buah	Melon	100	54	0,26	1	13,25
<b>PERENCANAAN ZAT GIZI</b>				2247	111	49	342
<b>KEBUTUHAN ZAT GIZI</b>				2300	115	51	345
<b>% KECUKUPAN ZAT GIZI</b>				98%	96%	96%	99%

### MENU PERENCANAAN HARI KETIGA TN. S

Waktu	Menu Makanan	Bahan Makanan	Berat (gr)	E (kkal)	P (gr)	L (gr)	KH (gr)	
pagi (06.30)	Nasi tim	Nasi tim	150	262,5	6	0	60	
		Daging semur	Daging	40	125	8	5	0
			Kecap	3	2,13	2	0,13	0,09
	Tahu BB semur	Minyak	2	20	0	1,4	0	
		Tahu	55	44	9	3	3,18	
		kecap	3	2,13	2	0,13	0,09	
	SG. Labu siam + tempe	Minyak	2	20	0	1,4	0	
		Labu siam	50	12,6	1,6	0,1	2,8	
		Tempe	50	75	9	2,5	7	
	Selingan (08.30)	Puding batik coklat	Minyak	1	10	0	1,2	0
Agar-agar coklat			1	2,8	0	0	1,2	
Gula tropicana			1	2,5	0	0	1	
siang (12.00)	BB sum-sum	Coklat bubuk	5	15,55	0,4	0,4	2,5	
		Tepung beras	74	270	6	2	60	
	Telur rebus	Gula merah DM	5	19	5	0	4,6	
		Telur Ayam	55	81	7	3	0	
	Buah	Pisang barangan	55	51	0,6	0,18	12,56	
Melon		116	65	1,5	1,8	18,7		
Selingan (13.30)	Agar + Fla	Agar coklat	1	2,8	0	0	1,2	
		Gula tropicana	1	2,5	0	0	1	

		Susu diabetasol	36	156	6	4,2	23,4
		Tepung maezena	5	19	0,01	0	4,56
sore (16.00)	Nasi Tim (BBS)	Nasi tim	150	262,5	6	0	60
	Sate Ayam (BBS)	Ayam	40	8,77	2	0	0,8
		Kacang tanah	5	18,75	0,5	0,3	1,7
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Tahu BB kuning (BBS)	Tahu	55	44	9	3	3,18
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Sup Sayuran (BBS)	Wortel	30	12,6	1,6	0,1	2,8
		Kentang	30	26	0,6	0,03	6,04
		Minyak	1	10	0	1,2	0
	Jus	Melon	100	54	0,26	1	13,25
		Gula tropicana	1	2,5	0	0	1
<b>PERENCANAAN ZAT GIZI</b>				1740	84	35	293
<b>KEBUTUHAN ZAT GIZI</b>				2300	115	51	345
<b>% KECUKUPAN ZAT GIZI</b>				78%	71%	92%	88%

### Lampiran 3. Menu Hasil Intervensi

#### ASUPAN HARI PERTAMA

Waktu	Menu Makanan	Bahan Makanan	Berat	E (kkal)	P (g)	L (g)	KH (g)
pagi (06.30)	Nasi Tim	Nasi tim	150	262,5	6	0	60
	Telur bb Semur	Telur	55	81	7	3	0
		Minyak	1	10	0	1,2	0
		Kecap	3	2,13	2	0,13	0,09
	Tahu isi	Tahu	55	44	9	3	3,18
		Wortel	10	3,6	1,6	0,1	0,8
		Daging Giling	10	17,4	4	1	0
		Minyak	1	10	0	1,2	0
	Sup Oyong + Tahu Cina	Oyong	25	6,36	0,63	0,04	1,13
		Tahu	48	38,4	7,8	2,61	2,77
		Minyak	0,5	5	0	0,6	0
	Buah	Apel	50	30	0,8	0	5,45
	selingan (08.30)	Puding layer strawberry	Agar-agar	1	2,8	0	0
Gula Tropicana			1	2,5	0	0	1

siang (12.00)	Bubur	Bubur nasi	10	17,5	0,4	0	4
	Ayam BB kuning #santan	Ayam	40	104	8,7	2	0
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Tempe bacem basah	Tempe	61	86	10,2	3,2	7,4
		Gula merah	5	19	5	0	4,6
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Bening Labu siam	Labu siam	50	0	0	0	0
	Buah	Minyak	1	0	0	0	0
Cair dingin	Pisang	108	112	1,18	0,36	24,67	
Selingan (13.30)	Nasi Tim	Susu diabetasol	24	104	4	2,8	15,6
sore (16.00)	Daging Empal Basah	Nasi tim	180	315	7,2	0	72
		Daging Sapi	40	125	8	5	0
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Telur rebus	Telur	55	81	7	3	0
	Tahu bb rujak	Tahu	55	44	9	3	3,18
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Bening labu siam + wortel	Wortel	20	8,4	1,06	0,06	1,86
		Labu siam	40	0	0	0	0
		Minyak	2	0	0	0	0
	Buah	Pepaya	100	110	1,5	0	28,2
<b>ASUPAN ZAT GIZI</b>				1722	102	38	237
<b>KEBUTUHAN ZAT GIZI</b>				2300	115	51	345
<b>% KECUKUPAN ZAT GIZI</b>				75%	89%	74%	69%

#### ASUPAN HARI KEDUA

Waktu	Menu Makanan	Bahan Makanan	Berat (gr)	E (kkal)	P (gr)	L (gr)	KH (gr)
pagi (06.30)	Bubur sum sum	Tepung beras	74	0	0	0	0
		Gula merah	5	0	0	0	0
	Telur rebus	Telur	55	0	0	0	0
	Pisang	Pisang	120	0	0	0	0
selingan (08.30)	Bubur kacang hijau	Kacang Hijau	40	165	14	3	7
		Gula merah	5	19	5	0	4,6
		Gula tropicana	1	2,5	0	0	1
siang	Nasi tim	Nasi tim	183	320	7,32	0	73,2

(12.00)	Daging semur	Daging	40	125	8	5	0
		kecap	3	2,13	2	0,13	0,09
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Perkedel Tahu Kukus	Tahu	55	44	9	3	3,18
		Telur	5,5	9,4	0,7	0,5	0
	Sup sayur	Wortel	18	7,56	0,96	0,06	1,68
		Buncis	33	10,39	1,81	0,08	1,23
		Tomat	2	0,68	0,4	0	0
		Minyak	1	10	0	1,2	0
	Buah	Pepaya	80	41,6	1,6	1,6	4,8
Selingan (13.30)	Kue talam labu kuning	Labu kuning	70	26	1	0,1	6,5
		Tepung beras	50	182	3	0,7	35
		Tepung tapioka	50	64	1	1,45	7
		Santan	5	50	0	2,5	0
		Gula tropicana	1	2,5	0	0	1
sore (16.000)	Nasi Tim	Nasi tim	151	264	6,04	0	60,4
	Ikan Tenggiri Gulai #santan	Ikan tenggiri	21	30,3	6,53	0,61	0
		Minyak	1	0	0	0	0
	Oseng Tempe BB kuning	Tempe	29	43,5	5,22	1,45	4,06
		Minyak	2	0	0	0	0
	Bening Kacang Panjang + Labu Kuning	Kacang panjang	38	12,16	0,69	0,76	2,28
		Labu kuning	31	11,78	0,62	0,06	2,17
Buah	Melon	100	54	0,26	1	13,25	
<b>ASUPAN ZAT GIZI</b>				1518	75	25	228
<b>KEBUTUHAN ZAT GIZI</b>				2300	115	51	345
<b>% KECUKUPAN ZAT GIZI</b>				66%	65%	66%	66%

#### ASUPAN HARI KE TIGA










Waktu	Menu Makanan	Bahan Makanan	Berat (gr)	E (kkal)	P (gr)	L (gr)	KH (gr)
pagi (06.30)	Nasi tim	Nasi tim	150	262,5	6	0	60
	Oseng daging	Daging	40	125	8	5	0
		Minyak	2	20	0	1,4	0
	Tahu BB semur	Tahu	55	44	9	3	3,18
		Kecap	3	2,13	2	0,13	0,09
		Minyak	2	20	0	1,4	0











	SG. Labu siam + tempe	Labu siam	50	12,6	1,6	0,1	2,8
		Tempe	50	75	9	2,5	7
		Minyak	1	10	0	1,2	0
Selingan (08.30)	Puding batik coklat	Agar-agar coklat	1	2,8	0	0	1,2
		Gula tropicana	1	2,5	0	0	1
		Coklat bubuk	5	15,55	0,4	0,4	2,5
	Teh manis (luar rs)	Gula	13	50	0	0	13
siang (12.00)	BB sum-sum	Tepung beras	74	270	6	2	60
		Gula merah	5	19	5	0	4,6
	Telur rebus	Telur Ayam	55	81	7	3	0
	Buah	Pisang	55	51	0,6	0,18	12,5 6
		Melon	116	65	1,5	1,8	18,7
Selingan (13.30)	Agar + Fla	Agar-agar coklat	1	2,8	0	0	1,2
		Gula tropicana	1	2,5	0	0	1
		susu diabetasol	36	156	6	4,2	23,4
		tepung maezena	5	19	0,01	0	4,56
	Teh manis (luar rs)	Gula	13	50	0	0	13
sore (16.00)	Nasi Tim (BBS)	Nasi tim	150	0	0	0	0
	Sate Ayam (BBS)	Ayam	104	0	0	0	0
		Kacang tanah	5	0	0	0	0
		Minyak	2	0	0	0	0
	Tahu BB kuning (BBS)	Tahu	55	0	0	0	0
		Minyak	2	0	0	0	0
	Sup Sayuran (BBS)	Wortel	30	0	0	0	0
		Kentang	30	0	0	0	0
		Minyak	1	0	0	0	0
	Jus	Melon	100	54	0,26	1	13,2 5
Gula tropicana		1	2,5	0	0	1	
<b>ASUPAN ZAT GIZI</b>				1415	62	27	244
<b>KEBUTUHAN ZAT GIZI</b>				2300	115	38	345
<b>% KECUKUPAN ZAT GIZI</b>				71%	61%	86%	80%

**Lampiran 4. Dokumentasi/foto**


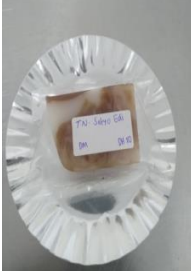



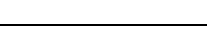
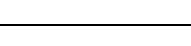
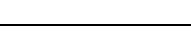
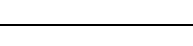
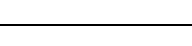
**• Intervensi Hari ke-1**



Makan Pagi	Selingan	Siang	Selingan	Sore
				
	Habis			

**• Intervensi Hari ke-2**

Makan Pagi	Selingan	Siang	Selingan	Sore
				
	Habis		Habis	

**• Intervensi Hari ke-3**

Makan Pagi	Selingan	Siang	Selingan	Sore
				
				

	Habis	Habis	Habis	
---	-------	-------	-------	---

**Lampiran 5. Edukasi**

## Lampiran 6. Leaflet Edukasi

### Apendisitis

Penyakit usus buntu adalah peradangan yang terjadi pada usus buntu atau apendiks. Usus buntu merupakan organ berbentuk kantong kecil dan tipis, berukuran sepanjang 5 hingga 10 cm yang terhubung pada usus besar.

Saat menderita radang usus buntu, penderita dapat merasa nyeri di perut kanan bagian bawah. Jika dibiarkan, infeksi dapat menjadi serius dan menyebabkan usus buntu pecah, sehingga menimbulkan keluhan rasa nyeri hebat hingga membahayakan nyawa penderitanya.



**Penyakit Usus Buntu (apendisitis)**

### Penyebab :

Apendisitis atau radang usus buntu terjadi ketika usus buntu tersumbat, biasanya berisi tinja, benda asing, atau kanker. Penyumbatan juga dapat terjadi karena infeksi dan membesar dalam menanggapi infeksi di dalam tubuh.

### Gejala :

- Kehilangan nafsu makan
- Perut kembung
- Tidak bisa buang gas (kentut)
- Konstipasi
- Demam



### Makanan yang dihindari :

- Makanan yang mengandung gas dan lemak tinggi
- Makanan pedas
- Makanan yang tinggi kandungan gula
- Minuman atau makanan beralkohol
- Makanan paku



### Makanan yang dianjurkan :

- Sayuran rendah serat (labu siam, wortel, tomat)
- Sumber protein nabati (tahu, tempe)
- Sumber asetonin hewani (hati ayam, telur)
- Olahan karbohidrat yang lunak (nasi tim atau bubur)
- Buah-buahan (pisang, jeruk manis, alpukat)

### Contoh Menu Sehari

Mutu	Bahan Makanan	Pemakai	urt	Menu
Pagi	Nasi	1 kg	1 sdt	Nasi
	Tahu ayam	1p	1 bu	Tahu deder
	Tempe	1p	2 ppg adg	Campuran
	Sayuran	1		tempe
				Sayuran, tahu, tempe & tomat
Pukul 10.00	Mangga	2p	1 sdt	
	Buah	1p	1 ppg adg	Pepaya
Siang	Nasi	2p	1 1/2 gtl	Nasi
	Isian	1p	1 ppg adg	Pepaya
				Isian
	Tempe	1p	2 ppg adg	Tempe goreng
	Sayuran	1p	1 gtl	Lalapan
				dan sayuran
Pukul 16.00	buah	1p	1/2 bu adg	Isian
	Mangga	2p	1 sdt	
	Buah	1 p	1/2 bu	Pisang
Malam	Nasi	2p	1 1/2 sdt	Nasi
	Ayam tempa	1p	1 ppg adg	Ayam bakar 1/2 kg
	Tahu	1p	1 bu bu	Tahu
	Sayuran	1p	1 gtl	Isian
				Isian
				Isian
	Buah	1p	1 ppg adg	Pepaya
	Mangga	2p	1 sdt	

### PEMBAGIAN MAKANAN SETIAP

**PAKSI** Jam 06.00—08.00

Nasi/Panggami : \_\_\_\_\_

Makanan/Minuman : \_\_\_\_\_

Sayuran : \_\_\_\_\_

Mintak : \_\_\_\_\_

Gula Pasir : \_\_\_\_\_

**SARANG** Jam 12.00—13.00

Nasi/Panggami : \_\_\_\_\_

Makanan/Minuman : \_\_\_\_\_

Sayuran : \_\_\_\_\_

Mintak : \_\_\_\_\_

Gula Pasir : \_\_\_\_\_

**MALAM** Jam 18.00—19.00

Nasi/Panggami : \_\_\_\_\_

Makanan/Minuman : \_\_\_\_\_

Sayuran : \_\_\_\_\_

Mintak : \_\_\_\_\_

Gula Pasir : \_\_\_\_\_

**CATATAN :**







## Diabetes Melitus



### DIABETES

**Definisi :**  
Diabetes Melitus (DM) atau kadang-kadang disebut juga dengan diabetes mellitus adalah suatu penyakit kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah karena tubuh tidak dapat melepaskan atau menggunakan insulin yang dihasilkan oleh sel-sel pankreas. GDS (Gula Darah Sewaktu) yaitu <math>< 200 </math> (DM).

**Tujuan Diet :**

1. Memberikan makanan sesuai kebutuhan
2. Mengetahui kadar gula darah secara normal dan tidak normal
3. Mengetahui kandungan kadar gula darah melalui tes darah yang dapat menunjukkan penyakit
4. Mengetahui/mengontrol kandungan


**Cara Mengatur Diet :**

- Untuk pertama kali sebaiknya makanan diberikan seperti kebiasaan diet dan pola yang biasa
- Makanan yang mengandung lemak dan protein yang tidak berlebihan dan diet rendah lemak dan protein yang mengandung karbohidrat yang rendah
- Untuk mendapatkan hasil yang memuaskan sebaiknya diet rendah lemak dan protein
- Makanan yang mengandung lemak dan protein yang rendah
- Lakukan diet dengan disiplin untuk 20

**Bahan makanan yang dianjurkan :**

Bahan protein :

- Mentega - daging yang banyak akan mempengaruhi kadar lemak
- Ikan - udang, telur, ayam, dan kalkun (kecuali lemak dan kolesterolnya banyak)
- Telur - telur sebaiknya tidak dimasak terlalu matang
- Susu - keju, yogurt, dan susu lainnya (kecuali lemak dan kolesterolnya banyak)
- Buah-buahan - pepaya, pisang, jeruk, kiwi, melon, buah-buahan lainnya (kecuali lemak dan kolesterolnya banyak)
- Sayuran - kacang-kacangan



**Bahan makanan yang dibatasi :**

- Susu - mentega, lemak, keju, es krim, butter, dan margarin (kecuali yang rendah lemak dan kolesterolnya banyak)
- Bahan protein hewani yang tinggi lemak jenuh (kecuali ikan, ayam, kalkun)
- Susu - lemak, keju, mentega, keju, mentega, margarin
- Buah-buahan - mentega, keju, mentega, jeruk, pisang, kiwi, melon
- Sayuran - kacang-kacangan, kacang-kacangan
- Makanan yang digoreng dan yang mengandung lemak jenuh

**SUGAR**

**Bahan makanan yang dihindari :**

- Gula pasir, gula merah, gula batu
- Makanan manis yang dijual di pasaran (kecuali yang rendah lemak dan kolesterolnya banyak)
- Buah yang manis - jeruk, pepaya, kiwi

~\*~\*~\*~

**Prinsip Diet :**

- Jumlah kalori disesuaikan menurut umur (usia dewasa 20-25, 25-30, 30-40 dan 40-50)
- Terapkan 2/3 sayur terlebih dahulu
- Kandungan karbohidrat dibatasi sesuai kebutuhan
- Terapkan diet rendah lemak
- Kandungan lemak tinggi

### Contoh Menu Sehari

Waktu	Bahan Mula	Persediaan	alat	Menu
<b>Pagi</b>	Manis	1 1/2 g	1 sdm	Manis
	Telur ayam	1 p	1 bgr	Telur dadar
	Tempa	1 p	2 pns sdg	Cheese, sayur, daging, telur
<b>Pukul 10.00</b>	Biskuit	5		Sg + susu + buah
	Minyak	1 p	1 sdm	Biskuit
<b>Siang</b>	Buah	1 p	1 pns sdg	Biskuit
	Manis	1 p	1 1/2 sdm	Manis
	Isapa	1 p	1 pns sdg	Isapa
<b>Pukul 13.00</b>	Tempa	1 p	2 pns sdg	Tempa
	Biskuit	1 p	1 sdg	Lapisan kacang-kacangan
	Buah	1 p	1/2 kb sdg	Manis
<b>Malam</b>	Minyak	1 p	1 sdm	Manis
	Biskuit	1 p	1 pns sdg	Biskuit
	Manis	1 p	1 1/2 sdm	Manis
<b>Pukul 18.00</b>	Kacang	1 p	1 pns sdg	Kacang
	Tahu	1 p	1 kb bgr	Tahu
	Biskuit	1 p	1 sdg	Biskuit
	Biskuit	1 p	1 pns sdg	Biskuit
<b>Malam</b>	Manis	1 p	1 sdm	Manis
	Biskuit	1 p	1 pns sdg	Biskuit

### PEMBAHAN MAKANAN SEHARI

**PAGI** jam 08.00 – 10.00

Dasar/Target : \_\_\_\_\_  
 Makanan/minuman : \_\_\_\_\_  
 Selesai : \_\_\_\_\_  
 Masalah : \_\_\_\_\_  
 Gaya Diet : \_\_\_\_\_

**SANGGAM** jam 12.00 – 13.00

Dasar/Target : \_\_\_\_\_  
 Makanan/minuman : \_\_\_\_\_  
 Selesai : \_\_\_\_\_  
 Masalah : \_\_\_\_\_  
 Gaya Diet : \_\_\_\_\_

**MALAM** jam 18.00 – 19.00

Dasar/Target : \_\_\_\_\_  
 Makanan/minuman : \_\_\_\_\_  
 Selesai : \_\_\_\_\_  
 Masalah : \_\_\_\_\_  
 Gaya Diet : \_\_\_\_\_

**PERHATIAN !**

Padat penderita *keasidosis* terjadi peningkatan kadar gula dalam urin. Sehingga semua akan ditampung ketetapan air seni yang terkandung.



