

## Inovasi Kusimak



*kusimak (kurangi sisa makan anak) merupakan inovasi untuk mengurangi sisa makanan pasien anak, dengan cara mengarnish / menghias makanan pasien anak dengan berbagai karakter*

DAFTAR MENU UMUM (KELAS I, II, III, PEGAWAI)  
INSTALASI GIZI RSUD DR. ACHMAD MOCHTAR BUKITTINGGI

MENU 1

WAKTU	MAKANAN BIASA	MAKANAN LUNAK
P A G I	Ayam Goreng Balado Tempe goreng Gulai Putih Labu Siam + Wortel Pisang	Ayam Bakar + Tempe Gulai Putih Labu Siam + Wortel Pisang
SNACK JAM 10.00	Jagung Mutiara	
S I A N G	Telur Gulung Acar Timun Untuk RP : Labu siam Semangka	Telur gulung Sup Wortel + Kentang Untuk RP : Labu siam Semangka
S O R E	Ikan Asam Manis Tahu Goreng Balado Capcay Jeruk	Ikan Gulai Kuning + Tahu Capcay Jeruk

Keterangan :

Jagung Mutiara

- Tepung Huniwe 1.13
- Jagung Kaler g 1.20
- Santan Putih 40gr
- Gula pasir 25 gr
- Tep.beras 5gr/org

Acar Timun

- Cabe Rawit 0.2 kg

Ikan Asam Manis [20 porsi]

- Bwg Bombay 0.25 kg
- Saos sambal 1 btl
- Saos tomat 1 btl
- Cl. Rawit 0.05 kg
- Tomat 0.25 kg
- Cabe merah iris 0,05 kg

Capcay

- Wortel
- Buncis
- Arcis
- Bawang bombay 0.25 kg utk 50 porsi
- Kaldu ayam diambil dari menu subuh

DAFTAR MENU UMUM (KELAS I, II, III, PEGAWAI)  
INSTALASI GIZI RSUD DR. ACHMAD MOCHTAR BUKITTINGGI

MENU 2

WAKTU	MAKANAN BIASA	MAKANAN LUNAK
P A G I	Sup Bola – Bola Daging Sup Wortel + Kentang Cabe Merah Giling Pisang	Sup Bola - Bola Daging Sup Wortel + Kentang Pisang
SNACK JAM 10.00	Kolak Cendol (75 gr) + Nutrigel (1:20)	
S I A N G	Ikan Terbang Balado Touco Buncis + Tempe Pepaya	Pindang Terbang + Lasa tempe mendoan Tumis kering Wortel + Buncis Pepaya
S O R E	Telur mata sapi Teri Ball (Teri 15gr, Kacang tanah 25 gr) Cah Kangkung Jeruk	Telur mata sapi Opor Tempe Tumis Kangkung Jeruk

Keterangan :

Touco

- Cabe Hijau : 0,35 kg
- Isi Petal : 0.2 kg
- Rimbang : 0.2 kg
- Touco : 4 btl kecil
- Santan : 40 gr

Cah Kangkung

- Tomat : 7,5 gr/porsi
- Cabe Giling : 7,5 gr/porsi
- Terasi : 1:20
- Kangkung : 125

Pindang → tanpa santan

DAFTAR MENU UMUM (KELAS I, II, III, PEGAWAI)  
INSTALASI GIZI RSUD DR. ACHMAD MOCHTAR BUKITTINGGI

MENU 3

WAKTU	MAKANAN BIASA	MAKANAN LUNAK
P A G I	Dencis goreng Cabe hijau Tahu goreng Tumis Bunga kol + wortel Jeruk (1,2,3)	Dencis Goreng Gulai Putih Toge + wortel + Tahu Jeruk (1,2,3)
SNACK JAM 10.00	Bolu Kukus Puding (u/ DD)	
S I A N G	Ayam Bumbu Nugget tahu Lodeh Semangka Kuning	Sup Ayam + wortel Nugget tahu Semangka Kuning
S O R E	Sate daging bakar Sate tahu Acar bening (Timun, Wortel, Nenas, Cabe Rawit) Pisang	Sate daging bakar Sate tahu Gulai putih Buncis (iris) + Tempe Pisang

Keterangan:

Goreng Cabe Hijau

- Cabe Hijau : 12,5 gr
- Tomat Hijau : 10 gr

Nugget Tahu (70 porsi)

- Tepung Panir : 1 kg
- Tepung Beras : 0,15 kg
- Wortel : 0,5 kg
- Bawang Prei : 0,25 kg
- Bawang putih : 0,15 kg
- Bawang merah : 0,5 kg
- Telur : 1:15

Bolu Kukus (1 loyang untuk 24 orang)

- Telur 4 butir
- Gula pasir 0,3 kg
- Tbm ½ sdm
- Tepung terigu 0,3 kg
- Kasa 1 kotak
- Minyak 100 gr
- Margarin 1 bks (u/ oles loyang)
- Susu FC 50 gr

Lodeh: terung, kol, kacang panjang, santan 40 gr

DAFTAR MENU UMUM (KELAS I, II, III, PEGAWAI)  
INSTALASI GIZI RSUD DR. ACHMAD MOCHTAR BUKITTINGGI

MENU 4

WAKTU	MAKANAN BIASA	MAKANAN LUNAK
P A G I	Ayam bakar + tempe Tumis kangkung Pisang	Ayam Bakar + Tempe Tumis Kangkung Untuk RP : Tumis Toge Pisang (
SNACK JAM 10.00	Puding gula aren	
S I A N G	Metball Cancang karani Tempe mendoan Acar bening Pepaya	Metball Cancang karani Tempe goreng Acar bening Pepaya
S O R E	Telur asam manis Sate tempe Sup sayuran Jeruk	Telur asam manis Sate Tempe Sup sayuran Jeruk

Keterangan:

Puding Gula Aren

- Agar-agar : 1:13
- Santan : 40 gr (3,5 gelas/bks)
- Gula aren : 20 gr

Tempe mendoan:

- Terigu 30 gr/porsi
- Tepungberas 5gr/porsi

Telur Asam Manis (ML) (50 porsi)

- BawangBombay 0,15
- Saos Tomat 1 btl
- Tomat 4,35 kg

DAFTAR MENU UMUM (KELAS I, II, III, PEGAWAI)  
INSTALASI GIZI RSUD DR. ACHMAD MOCHTAR BUKITTINGGI

MENU 5

WAKTU	MAKANAN BIASA	MAKANAN LUNAK
P	Rendang daging	Sup bola2 daging
A	+ Kacang randang 25 gr {	Kentang + Wortel
G	Tumis Buncis + Wortel	Pisang
I	Pisang	
SNACK	Kacang padi ( 1,2,3 )	
JAM	Rp: Puding	
10.00		
S	Ikan tawar rica-rica	Ikan tawar bb. Kuning + Tahu
I	Tahu goreng	Tumis Oyong + Wortel
A	Gulai Kacang panjang (Santan 60 gr) + Teri	Semangka
N	Semangka	
G		
S	Ayam kecap	Ayam kecap tanpa cabe
O	Tahu goreng balado	Tahu goreng balado
R	Acar kuning	Acar kuning
E	Jeruk	Jeruk

Keterangan:

Rendang

- Santan : 60 gr
- Cabe Giling : 12,5 gr

Ayam Kecap (50 porsi)

- Cabe Rawit : 0,25 kg
- Bombay : 0,35 kg
- Asam Kesturi : 0,35 kg

Rica-rica:

- daun kemangi 0,25 kg/Menu
- Cabe merah 12,5 gr
- Tomat 12,5 gr

DAFTAR MENU UMUM (KELAS I, II, III, PEGAWAI)  
INSTALASI GIZI RSUD DR. ACHMAD MOCHTAR BUKITTINGGI

MENU 6

WAKTU	MAKANAN BIASA	MAKANAN LUNAK
P	Ikan goreng balado	Ikan bakar
A	Tumis bayam 75 gr + Jagung 25 gr	Tumis bayam + Jagung
G	Pisang	Pisang
I		
SNACK	Puding Pepaya (1,2,3)	
JAM		
10.00		
S	Ayam goreng cabe hijau	Ayam korma + tempe
I	Tempe mendoan	Tumis Bunga kol + Wortel
A	Petal	Semangka
N	Semangka	Untuk RP :Toge
G		
S	Dadar gulung	Dadar gulung
O	Tempe gulai kuning	Tempe gulai kuning
R	Capcay (Wortel, Buncis, Arcis, Sawi)	Capcay
E	Jeruk	Jeruk

Keterangan:

Puding Pepaya

- Santan Rbtih : 40 gr
- Pepaya : 30 gr
- SKM : 1 kaleng
- Gula pasir : 15 gr
- Agar-agar : 1:20 porsi
- Vanile

Capcay

- Wortel
- Buncis
- Arcis
- Sawi Putih

Ayam Goreng Cabe Hijau

- Cabe Hijau : 12,5 gr
- Tomat Hijau : 10 gr

Pecal

- Kcg. panjang
- Toge
- Daun Singkong
- Sintil 1: 8 bks
- Kerupuk merah 0,25 kg (50 porsi)

DAFTAR MENU UMUM (KELAS I, II, III, PEGAWAI)  
INSTALASI GIZI RSUD DR. ACHMAD MOCHTAR BUKITTINGGI

MENU 7

WAKTU	MAKANAN BIASA	MAKANAN LUNAK
P	Sup Ayam + wortel + kentang	Sup Ayam + wortel + kentang
A	Bawang goreng	Pisang
G	Pisang	
I		
SNACK	Kolak Pisang + Ubi jalar	
JAM	10.00	
S	Dencis goreng balado	Pindang dencis + tahu goreng
I	Perkedel tahu	Orak-arik Buncis (Iris) + Wortel
A	Touco buncis iris 75 gr	Pepaya
N	Pepaya	
G		
S	Dendeng lambok cabe hijau	Opor daging + kentang
O	Kentang (30 gr) + terung (25gr)	Tumis Kering toge + wortel
R	Gulai Kacang panjang (Santan 60 gr) + Teri	Jeruk
E	Jeruk {	

Keterangan:

Touco (< 100 porsi)

- Cabe Hijau : 0,35 kg
- Isi Petai : 0,2
- Rimbang : 0,2
- Touco : 4 botol kecil
- Santan : 40 gr

Dendeng Cabe Hijau

- Cabe Hijau : 15 gr
- Tomat Hijau : 10 gr

Pindang → tanpa santan

Kolak

- Ubi jalar 75 kg
- Pisang batu 1 buah

DAFTAR MENU UMUM (KELAS I, II, III, PEGAWAI)  
INSTALASI GIZI RSUD DR. ACHMAD MOCHTAR BUKITTINGGI

MENU 8

WAKTU	MAKANAN BIASA	MAKANAN LUNAK
P	Ikan panggang	Ikan panggang + tempe
A	Tempe goreng balado	Pisang
G	Cabe merah goreng	
I	Pisang {	
SNACK	Bolu Rainbow	
JAM	10.00	
S	Pangek masin + tempe	Gulai ikan + tempe
I	Acar timun	Tumis Toge + Wortel
A	Semangka	Semangka
N		
G		
S	Telur goreng balado (3)	Telur asam manis
O	Tempe goreng	Tempe goreng
R	Aryang (Kcg. Panjang, Toge, Kangkung)	Labu Siam + Wortel kuah putih
E	Jeruk	Jeruk

Keterangan:

Bolu rainbow → Cetakan putu ayu ( 30 porsi)

- Telur : 4 butir
- Gula : 0,3 kg
- TBM : 1/2 sdm
- Terigu : 0,3 kg
- Kara : 1 ketak
- Minyak : 160 gr
- Susu FC : 50 gr

Pangek Masin

- Cabe Rawit : 0,5 kg (<100 porsi)
- Pati Santan : 40 gr/porsi
- Asam Kandis : 0,25/menu
- Daun ruku-uku 0,15 kg

Asam Padah: Cabe giling 12,5 gr

Aryang

- Kelapa 15 gr → gonseng
- Terasi 1:20
- Cabe giling 5 gr
- Asam sundal

Acar timun cabe rawit 0,2 kg

Perkedel tahu: Bawang goreng 125 kg, Tep.beras 0,25 kg, telur 1.15

DAFTAR MENU UMUM (KELAS I, II, III, PEGAWAI)  
INSTALASI GIZI RSUD DR. ACHMAD MOCHTAR BUKITTINGGI

MENU 9

WAKTU	MAKANAN BIASA	MAKANAN LUNAK
P A G I	Sup metball daging (+ bunga kol + wortel + kentang Cabe merah goreng Jeruk	Sup metball daging (+ bunga kol + wortel + kentang Jeruk
SNACK JAM 10.00	Kolak sagu bonai (25 gr) + ubi jalar (75 gr)	
S I A N G	Kalio ayam Pregedel tahu Acar Timun Untuk RP : Tumis Toge Semangka	Ayam asam manis Pregedel tahu Kentang Gulai Kuning + Buncis Untuk RP : Tumis Toge Semangka
S O R E	Dencis goreng cabe hijau Tahu goreng Sup Koktail (wortel, kentang, buncis) Pisang (	Opor ikan dencis + Tahu Tumis Labu Siam + Wortel Pisang

Keterangan :

Asam Manis (MU) (50 porsi)

- Bawang Bombay 0.15 kg
- Saos Tomat 1 btl
- Tomat 0,35 kg

Acar timun: Cabe rawit 0,2 kg

Goreng Cabe Hijau

- Cabe Hijau : 12,5 gr
- Tomat Hijau : 10 gr

Pregedel tahu:

Bawang goreng 0,25 kg,

tep.beras 0,25 kg,

telur 1:15

DAFTAR MENU UMUM (KELAS I, II, III, PEGAWAI)  
INSTALASI GIZI RSUD DR. ACHMAD MOCHTAR BUKITTINGGI

MENU 10

WAKTU	MAKANAN BIASA	MAKANAN LUNAK
P A G I	Ayam Goreng Balado + kentang Touco buncis iris Jeruk	Ayam goreng + kentang (1,2) Buncis iris gulai putih ( ) Jeruk
SNACK JAM 10.00	Puding lapis	
S I A N G	Ikan Goreng Balado Teri ball Cah Kangkung Pepaya	Opor ikan + Tempe (1,2) Tumis kangkung Pepaya
S D R E	Rendang telur + kacang randang 25 gr Acar bening (wortel+nenas+timun) Pisang	Telur dadar Sup sayuran+ Kentang ( ) Pisang

Keterangan :

Rendang

- Santan : 60 gr
- Cabe Giling : 12,5gr

Cah kangkung:

- Cabe giling 5 gr
- Tomat 5 gr
- Terasi 1:20

Ayambumbu: laos parut 1 kg/rtk <100 porsi

Acar bening: Cabe rawit 0,2 kg

Touco (< 100 porsi)

- Cabe Hijau : 0,35 kg
- Isi Petal : 0,2
- Rimbang : 0,2
- Touco : 4 botol kecil
- Santan : 40 gr

Puding lapis

- Agar 1:13
- Santan 40 gr
- SKM 1 kaleng
- Esen blueberry, stroberry, nangka