

ACARA PRAKTIKUM

A. Identitas Mata Kuliah

1. Nama/Kode Mata Kuliah : Kesehatan dan Gizi II (UD 402)
2. Bobot : 2 SKS
3. Dosen : Cucu Eliyawati, M.Pd
dr. Tatan tandu Bela, Sp.A, M.Kes
dr. Nur Faizah Romadona, M.Kes

B. Tujuan Praktikum :

Praktikum ini bertujuan agar :

1. Mahasiswa dapat merancang menu makan anak meliputi makan pagi, siang, dan bekal sekolah, sesuai kebutuhan gizi anak.
2. Mahasiswa dapat membuat analisis gizi menu makan anak meliputi makan pagi, siang, dan bekal sekolah.
3. Mahasiswa dapat membuat/memasak menu makan meliputi makan pagi, siang, dan bekal sekolah anak dengan porsi /ukuran sesuai umur / kebutuhan gizi anak.
4. Mahasiswa dapat menghias (membuat garnis) dan menyajikan makan pagi, siang, dan bekal sekolah anak yang menarik selera anak.

C. Materi Praktikum :

1. Merancang, membuat analisis gizi, memasak, menghias dan menyajikan menu makan pagi anak sesuai porsi.
2. Merancang, membuat analisis gizi, memasak, menghias, dan menyajikan menu makan siang anak sesuai porsi.
3. Merancang, membuat analisis gizi, memasak, dan menyajikan menu bekal sekolah anak sesuai porsi.

D. Bentuk dan Langkah Kegiatan :

1. Praktek merancang menu makan pagi, siang, dan bekal sekolah untuk anak sesuai kebutuhan gizi anak.
2. Praktek membuat analisis gizi menu makan anak meliputi makan pagi, siang, dan bekal sekolah.
3. Praktek membuat/memasak menu makan meliputi makan pagi, siang, dan bekal sekolah anak, serta menyajikan dengan porsi/ukuran sesuai umur / kebutuhan gizi anak.
4. Praktek menghias (membuat garnis) dan menyajikan makan pagi, siang, dan bekal sekolah anak yang menarik selera anak

E. Bahan dan Alat :

1. Bahan-bahan makanan seperti: beras, jagung, mi, kentang, daging, ikan, ayam, udang, sayuran, buah-buahan, susu, dll.
2. Peralatan untuk memasak seperti : pisau, panci, wajan, rice cooker, blender, serok, kompor/kompor gas, talenan, dll.
3. Peralatan untuk menyajikan makanan seperti piring, gelas, mangkok, sendok, garpu, serbet, dll.
4. Peralatan untuk menghias makanan seperti serbet, taplak, vas bunga, dll.

F. Jadwal Kegiatan :

1. Perencanaan praktikum dilaksanakan setelah materi kuliah merancang menu dan menganalisis gizi selesai yaitu pada pertemuan ke 9.
2. Praktikum memasak, menyusun, melakukan analisis gizi dan menghias makan pagi dan bekal sekolah dilaksanakan pada pertemuan ke 10.
3. Praktikum memasak, menyusun, melakukan analisis gizi dan menghias makan siang dilaksanakan pada pertemuan ke 11.

G. Evaluasi

Indikator penilaian praktikum dilihat dari :

1. Kreativitas, ketrampilan dan ketepatan dalam merancang menu makan (pagi, siang, dan bekal sekolah) sesuai kebutuhan gizi anak usai dini.
2. Ketrampilan dan ketepatan dalam membuat analisis menu makan (pagi, siang, dan bekal sekolah) anak sesuai kebutuhan gizi anak usai dini.
3. Ketrampilan dan kreativitas dalam membuat atau memasak menu makan anak, dan ketepatan dalam menyajikan menu makan (pagi, siang, dan bekal sekolah) sesuai porsi /ukuran anak.
4. Ketrampilan, kreativitas, dan keindahan dalam menghias makanan (menu makan pagi, siang, dan bekal sekolah) untuk merangsang selera makan anak.