

# HANDOUT 4

Mata Kuliah : Katering Pelayanan Lembaga  
Program : Pendidikan Tata Boga/ Paket Katering  
Jenjang : S-1  
Semester : VI  
Minggu : 6 dan 7  
Pokok Bahasan : Perencanaan Menu  
Jumlah SKS : 3 sks

## 1. Tujuan Instruksional Umum

Mahasiswa mampu menyusun memahami dan memiliki pengetahuan tentang perencanaan menu dalam katering pelayanan lembaga

## 2. Tujuan Instruksional Khusus

1. Mahasiswa dapat menjelaskan kembali pengertian perencanaan menu
2. Mahasiswa dapat menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi perencanaan menu dalam katering pelayanan lembaga
3. Mahasiswa dapat menyebutkan langkah-langkah perencanaan menu untuk katering pelayanan lembaga
4. Mahasiswa dapat menyusun pedoman menu untuk katering pelayanan lembaga

## 3. Uraian Materi perkuliahan

### A. Perencanaan Menu

Menu berasal dari bahasa Prancis yang artinya suatu daftar yang tertulis secara rinci. Menu adalah rangkaian dari beberapa macam hidangan atau masakan yang disajikan atau dihidangkan untuk seseorang atau sekelompok orang untuk setiap kali makan, yaitu dapat berupa susunan hidangan pagi, hidangan siang atau hidangan malam.

Perencanaan menu adalah serangkaian kegiatan menyusun menu hidangan dalam variasi yang serasi untuk manajemen penyelenggaraan makan disuatu lembaga. Sebelum proses penyelenggaraan makan dilakukan, tentunya memerlukan

perencanaan dan persiapan yang matang sehingga proses penyelenggaraan makan dalam jumlah banyak dapat berjalan dengan baik. Kegiatan ini dilakukan untuk melayani banyak orang (konsumen) dan dilaksanakan dalam kurun waktu tertentu yang cukup lama, sehingga perlu adanya perencanaan menu yang baik. Adapun fungsi menu adalah sebagai berikut:

- Untuk memudahkan pelaksanaan dalam menjalankan tugas sehari-hari.
- Secara garis besar dapat disusun hidangan yang mengandung zat-zat gizi esensial yang dibutuhkan oleh tubuh. Variasi dan kombinasi hidangan dapat diatur sehingga menghindari kebosanan yang disebabkan pemakaian jenis bahan makanan dan jenis makanan yang sering berulang.
- Waktu dan tenaga yang tersedia dapat digunakan sehemat mungkin, dengan perencanaan menu yang matang bahan makanan kering dapat dibeli sekaligus untuk beberapa minggu sehingga tenaga dan waktu dapat dihemat.
- Menu yang terencana dengan baik dapat menjadi suatu alat penyuluhan gizi yang baik, karena menu yang baik mengajarkan pola makan yang baik. Secara tidak langsung merupakan penyuluhan gizi yang baik.

Faktor-faktor yang mempengaruhi penyelenggaraan menu katering pelayanan lembaga:

#### 1. Kecukupan Gizi

Dalam membuat perencanaan menu, kebutuhan gizi konsumen adalah hal yang paling penting yang harus diperhatikan. Menu yang disusun sesuai dengan kecukupan gizi, yaitu berdasarkan:

- a. Instruksi Presiden Republik Indonesia No. 20 Tahun 1979 tentang Perbaikan Menu Makanan Rakyat.
- b. Standar Widya Karya Pangan dan Gizi LIPI Tahun 1988.
- c. Penuntun diet, bila konsumen memerlukan diet khusus.
- d. Golongan sasaran, seperti: jompo, karyawan perusahaan, narapidana, haji, korban bencana alam, orang sakit, anak asuh, ABRI dan sebagainya.

#### 2. Macam dan Peraturan Lembaga

Perencanaan menu juga harus sejalan dengan macam dan peraturan lembaga yang telah ditetapkan. Selain penentuan dalam hal penggunaan anggaran belanja

bahan makanan, terkadang lembaga juga menentukan personil dan prosedur pembelian makanan.

### 3. Kebiasaan Makan

Menu yang direncanakan sesuai dengan kebiasaan makan individu atau golongan.

Kebiasaan makan seseorang ditentukan oleh:

- a. Faktor kejiwaan.
- b. Faktor sosial-budaya.
- c. Agama dan kepercayaan.
- d. Latar belakang pendidikan dan pengalaman.
- e. Lingkungan hidup sehari-hari.
- f. Tempat asal dan demografi.

### 4. Macam dan Jumlah yang Dilayani

Bila konsumen yang dilayani homogen, prosedur pembuatan menu akan lebih sederhana. Tetapi semakin banyak macam dan jumlah orang yang dilayani, semakin banyak pula variasi makanan yang dipilih konsumen.

### 5. Peralatan dan Perlengkapan Dapur yang Tersedia

Menu yang direncanakan harus dapat diterapkan dengan baik dengan menggunakan alat-alat dan perlengkapan dapur yang tersedia. Bila alat dan perlengkapan terbatas, menu yang direncanakan juga harus menu yang sederhana. Bila alat yang tersedia baik dan modern, tentunya menu yang direncanakan dapat lebih bervariasi.

### 6. Macam dan Jumlah Pegawai

Macam, jumlah dan keterampilan pegawai perlu diperhitungkan dalam membuat perencanaan menu agar berhasil dan berdaya guna. Untuk setiap katering pelayanan lembaga dianjurkan untuk memiliki tenaga pelaksana dalam jumlah yang memadai, yaitu 1 tenaga pelaksana untuk 8-10 orang konsumen. Macam tenaga yang dibutuhkan adalah tenaga ahli, tenaga terampil dan tenaga penunjang.

### 7. Macam Pelayanan yang Diberikan

Macam pelayanan yang diberikan berbeda-beda. Perbedaan ini tergantung kepada kemampuan dan ketepatan lembaga penyelenggara didasarkan atas efisiensi dan efektifitas manajemen pelayanan gizi lembaga. Maka pelayanan yang ditetapkan akan mempengaruhi susunan peralatan besar serta tata alur penyajian makanan.

Dengan demikian, perlu diperhitungkan jadwal waktu penyediaan makanan. Di lembaga ada beberapa macam penyajian, seperti: coffeetaria, umum (pelayanan sendiri), kantin, prasmanan, warung kecil, kereta makan dan dengan mesin makan otomatis.

#### 8. Musim/Iklim dan Keadaan Pasar

Iklim dapat mempengaruhi selera dan kebutuhan tubuh. Pada musim hujan udara menjadi sejuk, konsumen memerlukan makanan yang sedikit lebih banyak dari biasanya dan makanan yang diinginkan adalah makanan yang bersifat panas. Iklim juga mempengaruhi musim terutama untuk buah-buahan dan sayuran yang sifatnya musiman. Bila lokasi dan transportasi perhubungan cukup baik, maka keadaan pasar tidak atau sedikit saja dipengaruhi oleh musim. Seperti daerah tropis bahan makanan dapat tersedia setiap saat, kecuali buah atau sayuran tertentu. Umumnya menyusun menu yang sesuai keadaan pasar atau musim akan lebih menguntungkan karena harganya relatif murah.

#### 9. Dana yang Ditetapkan

Menu yang disusun sesuai dengan dana yang ditetapkan. Makanan yang baik dan bergizi bukan berarti makanan yang mahal. Oleh sebab itu, menu yang disusun hendaknya beraneka ragam dengan harga yang terjangkau.

### **B. Langkah-langkah Perencanaan Menu:**

1. Menentukan macam menu yang diinginkan, menu standar/menu pilihan. Menu pilihan memuat beberapa jenis/macam hidangan yang dipilih Sedangkan menu standar adalah menu baku yang disusun sesuai dana selama beberapa hari.
2. Menetapkan siklus atau putaran menu yang direncanakan, misalnya siklus 7 hari, 11 hari atau siklus 1 bulan. Jangka waktu siklus menu yang lebih lama akan lebih baik, karena akan mencegah terjadinya pengulangan menu yang terlalu dekat.
3. Menentukan waktu penggunaan siklus menu yang telah disusun. Apakah digunakan untuk 3 bulan, 6 bulan atau 1 tahun.
4. Menetapkan jenis bahan makanan yang akan digunakan dalam suatu siklus menu dan menentukan frekuensi pemakaian setiap jenis makanan, bahan makanan hidrat arang, protein hewani, protein nabati, sayuran, buah dan makanan selingan.

5. Prosedur penyusunan menu:
  - a. Pertama kali yang harus dilakukan adalah membuat format menu. Format ini disusun sesuai dengan siklus menu yang digunakan, waktu makan konsumen, susunan hidangan dan macam sasaran.
  - b. Pada format menu, pertama cantumkan bahan makanan hewani, karena lauk hewani adalah makanan yang paling mahal harganya. Kemudian diikuti bahan makanan sumber protein nabati, sayuran disesuaikan dengan musim dan keserasian warna. Bila memungkinkan cantumkan makanan selingan.
  - c. Periksa kembali menu yang telah disusun, apakah sesuai dengan kecukupan gizi dan dana yang tersedia.

### **C. Penetapan Pedoman Menu**

Berdasarkan standar porsi dan menu yang telah disusun kemudian dibuat pedoman menu. Standar porsi adalah berat berbagai macam bahan makanan untuk suatu hidangan yang dicantumkan dalam berat bersih. Pedoman menu berat bahan makanan ini dikonversikan ke dalam berat kotor. Misalnya ikan dengan berat bersih pada standar porsi 50 gram. Bagian ikan yang dapat dimakan adalah 60-80%, jadi berat kotor ikan untuk 50 gram berat bersih adalah 60-80 gram.