

DAFTAR PUSTAKA

- Alam, S. *Et Al.* (2021) 'Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10 (3), Pp. 200–207.
- Alfiah, Sriwahyuni, V. (2021) 'Pola Makan Terhadap Kejadian Obesitas Pada Anak', *Jurnal Asuan Ibu Dan Anak*, 6(2), Pp. 91–98.
- Almahdin, M. And Charissa, O. (2023) 'Zat Gizi Dengan Status Gizi', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3 (4), Pp. 2367–2375.
- Auliannisaa, A. And Wirjatmadi, B. (2023) 'Hubungan Emotional Eating Dan Pola Konsumsi Makan Dengan Obesitas Pada Mahasiswa Tingkat Akhir The Relationship Between Emotional Eating And Food Consumption Pattern With Obesity In Final Year College Students', *Jurnal Media Gizi Kesehatan Masyarakat*, Pp. 212–218.
- Bodde, A.E. *Et Al.* (2025) 'Diet Quality Of Midwest Adolescents And Young Adults With Intellectual Disabilities And Overweight/Obesity Differs By Diagnosis But Not By Weight Category', *Journal Of The Academy Of Nutrition And Dietetics*, 125(3), Pp. 396–404. Available At: <https://doi.org/10.1016/j.jand.2024.07.164>.
- Dewi, N. And Sunarto, S. (2017) 'Pengaruh Lingkungan Keluarga , Teman Sebaya , Pengendalian Diri Dan Literasi Keuangan Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa', *Journal of Economic Education*, 6(1), Pp. 29–35.
- Elia Nur A Yunin, Mustakim, I. (2024) 'Perilaku Makan Tidak Sehat Remaja Dan Customer Engagement Pada Sosial Media Di Daerah Sub-Urban Adolescents ' Unhealthy Eating Behavior And Customer Engagement On Social Media In Sub-Urban Areas', *Journal Amerta Nutrition*, 8(4), Pp. 550–557.
- Fatmawati, I. And Wahyudi, C.T. (2020) 'Pengaruh Teman Sebaya Dengan Status Gizi Lebih Remaja Di Sekolah Menengah Pertama Di Kecamatan Pamulang The Correlation Between Peer Group Support And Overweight Among Adolescents In Junior High School Pamulang Sub-District Tangerang Selatan', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 13, Pp. 41–45.
- Hartini, D.A. *Et Al.* (2023) 'Analisis Faktor yang Mempengaruhi Pemilihan Makanan pada Remaja dengan Status Gizi Normal dan Tidak Normal di Kota Palu, *Ghidza : Jurnal Gizi Dan Kesehatan*', 7(2), Pp 174-183.
- Heriseanu, A.I. *Et Al.* (2020) 'Relating Goal-Directed Behaviour To Grazing In Persons With Obesity With And Without Eating Disorder Features', *Journal Of Eating Disorders*, 1, Pp. 1–14.
- Kemenkes (2020) 'Permenkes No 2 Tahun 2020', Pp. 1–78.
- Kementerian Kesehatan RI 'Lakip Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2023'.

- Khomsan, N.N. Dan A. (2023) 'Faktor-Faktor Korelasi Tingkat Stres Dan Kualitas Konsumsi Remaja Overweight Dan Normal Di Masa Pandemi', *Jurnal Gizi Dietetik*, 2(2), Pp. 89–95.
- Leech, R.M. Et Al. (2022) 'Characterizing Children ' S Eating Patterns : Does The Choice Of Eating Occasion Definition Matter ?', *International Journal Of Behavioral Nutrition And Physical Activity*, (2021), Pp. 1–13. Available At: <https://doi.org/10.1186/S12966-021-01231-7>.
- Loe, L. (2024) 'Asupan Energi Makro Dan Mikro Dengan Status Gizi Remaja Awal', *Ghidza : Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 8(2), Pp. 225–231.
- Maharani, A.I. Et Al. (2022) 'Tingkat Kecukupan Zat Gizi Berdasarkan Pola Konsumsi Pangan Pada Anak Adequacy Level Of Nutrients Based On Food Consumption Patterns In', *Jurnal Semnas Bio*, Pp. 855–863.
- Badan Pangan Nasional. (2024) *Skor Pola Pangan Harapan Konsumsi Provinsi*. Available At: <https://satudata.badanpangan.go.id/datasetpublications/Pi8/Skorpph-Konsumsi-Provinsi>.
- Nurlita (2024) 'Sumber-Sumber Zat Gizi Dan Penilaian Status Gizi Nurlita' *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 2(5), Pp 123-147.
- Octaviani, P., Izhar, M.D. And Amir, A. (2018) 'Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Di Sd Negeri 47 / Iv Kota Jambi Relation Between Dietary Habit And Physical Activity With Nutritional Status Of Elementary', *Jurnal Kesmas Jambi*, 2(2), Pp. 56–66.
- Pratama, A.C. And Safitri, D.E. (2019) 'Asupan Buah Dan Sayur, Asupan Lemak, Aktivitas Fisik Berhubungan Dengan Rasio Ldl/Hdl Orang Dewasa', *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 4(1), Pp. 11–18. Available At: <https://doi.org/10.22236/Argipa.V4i1.3780>.
- Putri Ronitawati, Nazhif Ghifari, Rachmanida Nuzrina, P.N.Y. (2021) 'Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Konsumsi Pangan Dan Status Gizi Pada Remaja Di Perkotaan', *Jurnal Sains Kesehatan*, 28(1), Pp. 1–11.
- Putri, T.P. (2023) 'Hubungan Keberagaman Konsumsi Pangan Dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar di Kabupaten Musi Rawas' Tesis, Universitas Brawijaya.
- Putri, T.W. (2020) Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Mahasiswa Stikes Mitra Keluarga Bekasi Tahun 2020. Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga Bekasi Timur.
- Rohmawati, N., Hidayati, M.N. And Jannah, M. (2022) 'Hubungan Skor Pola Pangan Harapan (PPH) Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan', 24(1), Pp. 8–15.

- Salsabilla, N. And Sulistyowati, M. (2021) 'Analisis Faktor Perilaku Konsumsi Remaja Terhadap Makanan Cepat Saji (Studi Aplikasi *Social Cognitive Theory*)', *Jurnal Nutrisia*, 12, Pp. 239–255.
- Setya Uli, G.N. (2022) 'Hubungan Pola Makan, Sedentary Lifestyle, Dan Durasi Tidur Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja (Studi Kasus Di SMA Negeri 1 Demak)', *Indonesian Journal Of Public Health And Nutrition*, 2(1), Pp. 112–121.
- Sinaga, M.D. And Habibi, J. (2025) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Remaja Di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu *Factors Affecting Nutritional Status Of Adolescents A SMPN 12 Kuala Lempuing Bengkulu City*', *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 1(2), Pp. 83–90.
- Spirou, D. *Et Al.* (2022) 'The Psychometric Properties Of The Grazing Questionnaire In An Obesity Sample With And Without Binge Eating Disorder', *Journal Of Eating Disorders*, Pp. 1–10. Available At: <https://doi.org/10.1186/S40337-022-00604-Y>.
- Spirou, D. *Et Al.* (2023) 'Grazing Prevalence and Associations with Eating and General Psychopathology, Body Mass Index, and Quality of Life in a Middle-Income Country', *Jurnal Nutrients*, 15, Pp. 1–13.
- Sukma, H.W. (2023) Hubungan Kualitas Tidur, Status Gizi, Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Tingkat Kebugaran Atlet Bela Diri Kempo Kota Semarang, *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 2(3), Pp 25-37.
- Waluyani, I. *Et Al.* (2022) 'Pengaruh Pengetahuan , Pola Makan , Dan Aktivitas Fisik Remaja Terhadap Status Gizi Di SMPN 31 Medan , Kecamatan Medan Tuntungan', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Pp 29-35.
- Yanti, N.D., Suryana, S. And Fitri, Y. (2020) 'Analisis Asupan Karbohidrat Dan Lemak Serta Aktivitas Fisik Terhadap Profil Lipid Darah Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner', *Action: Aceh Nutrition Journal*, 5(2), P. 179. Available At: <https://doi.org/10.30867/Action.V5i2.183>.
- Yuan, T. *Et Al.* (2023) 'How Does The Pattern Of Root Metabolites Regulating Bene Ficial Microorganisms Change With Different Grazing Pressures ?', *Jurnal Frontiers in Plant Science*, Pp. 1–15. Available At: <https://doi.org/10.3389/Fpls.2023.1180576>.
- Yurisna, Marselina Sattu, Fitrianty Sutadi Lanyumba, A.S.O. (2023) 'Gambaran Asupan Gizi Makro, Vitamin D Dan Aktivitas Fisik Pada Remaja Obesitas Di SMP Kota Luwuk Tahun 2022', *Jurnal Buletin Keesehatan Mahasiswa*, 01.
- Zeballos, E. And Chelius, C. (2021) 'The Effects Of Grazing On Daily Caloric Intake And Dietary Quality', *International Journal Of Behavioral Nutrition And Physical Activity*, Pp. 1–14. Available At: <https://doi.org/10.1186/S12966-021-01226-4>.

Lampiran 1. Kuisisioner Penelitian Pola Makan *Grazing*

KUISISIONER PENELITIAN POLA MAKAN *GRAZING*

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama Lengkap :
 Tanggal lahir :
 Jenis Kelamin :
 Kelas :
 Alamat :
 Nomor HP/WA (jika ada/ortu) :
 Pekerjaan Orang Tua :
 Uang saku per hari :
 Frekuensi makan sehari :
 Berat Badan/Tinggi Badan :
 Tanggal Pengisian Kuisisioner :

B. KUISISIONER POLA MAKAN *GRAZING*

Petunjuk Pengisian:

Isilah kuisisioner berikut sesuai dengan pengalaman Anda selama 7 hari terakhir. Berikan tanda centang pada salah satu skala likert yang tertera yang paling sesuai dengan kondisi Anda. Untuk skor akan diisi oleh peneliti.

Bagian A – Perilaku Makan Berulang (<i>Repetitive Eating Behavior</i>)							
No	Pernyataan	Tidak Pernah (0x seminggu)	Jarang (1-2x seminggu)	Kadang-Kadang (3-4x seminggu)	Sering (5-6x seminggu)	Sangat Sering (setiap hari)	Skor
1	Saya makan berulang kali dalam waktu yang berdekatan (misalnya dalam satu jam), meskipun hanya sedikit.						

No	Pernyataan	Tidak Pernah (0x seminggu)	Jarang (1-2x seminggu)	Kadang-Kadang (3-4x seminggu)	Sering (5-6x seminggu)	Sangat Sering (setiap hari)	Skor
2	Saya makan makanan ringan atau camilan dalam waktu yang berdekatan tanpa jeda yang jelas.						
3	Saya makan dalam jumlah kecil sepanjang hari, meskipun saya tidak merasa lapar.						
4	Saya sulit berhenti ngemil setelah mulai makan camilan.						
Bagian B – Kehilangan Kendali saat Makan (<i>Loss of Control Eating</i>)							
5	Saya tidak bisa mengontrol diri kalau sudah mulai makan camilan.						

No	Pernyataan	Tidak Pernah (0x seminggu)	Jarang (1-2x seminggu)	Kadang-Kadang (3-4x seminggu)	Sering (5-6x seminggu)	Sangat Sering (setiap hari)	Skor
6	Saya terus makan meskipun saya tahu seharusnya saya berhenti.						
7	Saya merasa bersalah atau menyesal setelah makan camilan berkali-kali						
8	Saya merasa stress atau tertekan jika tidak mengemil.						
Total							

Sumber: Heriseanu, A. I., Hay, P., & Touyz, S. (2019). Grazing in adults with obesity and eating disorders: A review of the literature. *Appetite*, 137, 163-177. DOI: 10.1016/j.appet.2019.02.006
Adaptasi dari Grazing Questionnaire-Revised (GQ-R)

Lampiran 2. Formulir *Food Recall* 24 jam

Identitas Responden

Nama	:		Respon
Jenis Kelamin	:		
Tgl lahir/Umur	:		
Berat Badan /Tinggi Badan	:		
Alamat Subyek	:		
Hari/Tgl Wawancara	:		
Wawancara Hari Ke	:		
Pewawancara	:		
Tanda Tangan Pewawancara	:		

Tanda Tangan Responden

I. PROBING

Pada saat probing dan mengisi waktu makan pengumpul data dapat menanyakan kegiatan responden dalam sehari kemarin untuk menggali waktu makan yang tepat, kapan, dimana, dan lain sebagainya, sehingga makanan dan minuman yang dikonsumsi kemarin tidak ada yang terlewat

[illegible]

[illegible]

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian



**Kemenkes
Poltekkes Medan**

Kementerian Kesehatan
 Direktorat Jenderal
 Sumber Daya Manusia Kesehatan
 Poltekkes Medan
 Jalan Jagrin Ginting KM. 13,5
 Medan, Sumatera Utara 20137
 ☎ (061) 8368633
 🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

Lubuk Pakam, 5 Agustus 2025

Nomor : KH.03.01/XIV.13/1478/2025
 Lampiran : -
 Perihal : Ijin Penelitian

Kepada Yth:
 Kepala Sekolah SMP Swasta Mulia Pratama Medan
 di_ Tempat

Sesuai dengan kurikulum Diploma Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa diwajibkan menyusun Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Bapak Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes untuk melakukan Penelitian di Sekolah SMP Swasta Mulia Pratama Medan. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	Judul
1.	Vany Estika Uliarta Br. Seragih	P01031222182	Hubungan Pola Makan Grazing Dan Kualitas Kecukupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMP Swasta Mulia Pratama Medan

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S. Pd. M. Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://www.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://ttr.keminfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian



YAYASAN PENDIDIKAN NASIONAL
SMP SWASTA MULIA PRATAMA
 NDS : 2007120240 NPSN : 10210087 NSS : 204 076 007 399
AKREDITASI : A

Alamat : Jl. Jahe Raya No. 1 - P. Simalingkar Medan - 20141 Telp. 061 - 836 2402

Nomor : 400.3.3.7/092
 Lamp : -
 Hal : Melaksanakan Penelitian

Medan, 25 Agustus 2025

Kepada Yth :
 Ketua Jurusan
 Poltekkes Medan
 di
 Tempat

Dengan hormat,

Bersama surat ini kami sampaikan kepada Ketua Jurusan Poltekkes Medan bahwa :

No	Nama Mahasiswa	NIM	Judul
1	Vany Estika Uliarta Br. Seragih	P01031222182	Hubungan Pola Makan Grazing Dan Kualitas Kecukupan Zat Gizi Dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Swasta Mulia Pratama Medan

Adalah benar nama tersebut diatas telah melaksanakan Penelitian di SMP Swasta Mulia Pratama pada tanggal 6 s.d 25 Agustus 2025.

Demikianlah surat ini kami perbuat , atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih .

Kepala Sekolah
 SMP Swasta Mulia Pratama
 Drs. Rasman Ginting

Lampiran 5. *Ethical Clearance*

**Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan**

📍 Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8368633
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

**KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"**

No.01.26.2834/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :

The research protocol proposed by

Penceliti utama : Vany Estika Uliarta Br Seragih
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"Hubungan Pola Makan Grazing dan Kualitas Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Swasta
Mulia Pratama Medan"**

*"The Relationship between Grazing Eating Patterns and Quality of Nutrient with Nutritional Status in Adolescents at Mulia
Pratama Private Junior High School in Medan"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 09 Juni 2026 sampai dengan tanggal 09 Juni 2027.

This declaration of ethics applies during the period June 09, 2026 until June 09, 2027.

June 09, 2026
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 6. Lembar Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)

LEMBAR PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN (PSP)

Hubungan Pola Makan *Grazing* dan Kualitas Kecukupan Zat Gizi dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Swasta Mulia Pratama Medan

Peneliti

Vany Estika Uliarta Br Seragih

P01031222182

(No. Hp 085762486834)

Saya mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan jurusan Gizi Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika yang sedang melakukan penelitian mengenai hubungan pola makan *grazing* dan kualitas kecukupan zat gizi dengan status gizi pada remaja di SMP Swasra Mulia Pratama Medan. Tujuan Peneliti melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan *grazing* dan kualitas kecukupan zat gizi dengan status gizi pada remaja. Data yang dikumpulkan akan digunakan sebagai bagaian dari tugas akhir untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi.

Agar tercapainya tujuan dari penelitian ini, saya selaku peneliti mengharapkan partisipasi siswa/siswi sebagai responden. Segala sesuatu dalam penelitian ini yang berhubungan dengan informasi yang diberikan responden menjadi tanggung jawab Peneliti untuk menjaga kerahasiaannya dan semua data hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian. Informasi yang peneliti dapatkan dipergunakan untuk mengembangkan ilmu kesehatan terkait gizi sebagai bukti penelitian yang sah. Dalam penelitian ini, responden akan diminta untuk mengisi kuisisioner tentang pola makan dan konsumsi makanan harian, serta mengikuti pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan) untuk mengetahui status gizinya.

Apabila siswa/siswi tidak menginginkan menjadi bagian dari responden penelitian ini, berhak menolak dan tidak ikut berperan serta dalam penelitian ini tanpa ada ganjaran apapun. Keikutsertaan sebagai responden dalam penelitian ini adalah bersifat sukarela.

Peneliti dalam hal ini tidak ada konflik kepentingan dengan pihak manapun, baik dengan pihak sekolah sebagai tempat penelitian maupun dengan pihak responden.

Medan,.....2025

Peneliti

Vany Estika Uliarta Br Seragih

LEMBAR PERSETUJUAN SEBELUM PENELITIAN (PSP)

(Informed Consent)

Keikutsertaan /partisipasi siswa/siswi dalam penelitian ini tidak ada risiko apapun. Keseluruhan identitas pribadi, data dan jawaban yang siswa/siswi berikan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian ini dan dijamin kerahasiaannya dan tidak disebarluaskan.

Apabila siswa/siswi setuju berpartisipasi maka saya mohon untuk bersedia menandatangani mengisi identitas dan lembar persetujuan sebelum penelitian.

Nama : _____

Kelas : _____

Alamat: _____

No.Hp : _____

Atas perhatian dan kesediaannya, saya ucapkan terima kasih.

Dengan ini saya secara sukarela dan penuh kesadaran tanpa adanya paksaan menyatakan bersedia ikut serta dalam penelitian. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa adanya tekanan dari pihak manapun.

Medan, _____ 2025

Peneliti

Medan, _____ 2025

Responden

(Vany Estika Uliarta Br Seragih)

(_____)

Lampiran 7. Analisis Univariat

umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 13 Tahun	21	30.9	30.9	30.9
14 Tahun	37	54.4	54.4	85.3
15 Tahun	10	14.7	14.7	100.0
Total	68	100.0	100.0	

Jenis Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Perempuan	35	51.5	51.5	51.5
Laki-laki	33	48.5	48.5	100.0
Total	68	100.0	100.0	

Kelas

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 7A	10	14.7	14.7	14.7
7B	11	16.2	16.2	30.9
8A	9	13.2	13.2	44.1
8B	9	13.2	13.2	57.4
8C	8	11.8	11.8	69.1
9A	7	10.3	10.3	79.4
9B	7	10.3	10.3	89.7
9C	7	10.3	10.3	100.0
Total	68	100.0	100.0	

pekerjaan ayah

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Buruh	4	5.9	5.9	5.9
Driver	4	5.9	5.9	11.8
Guru	2	2.9	2.9	14.7
Pedagang	3	4.4	4.4	19.1
Pengusaha	6	8.8	8.8	27.9

Petani	6	8.8	8.8	36.8
PNS	1	1.5	1.5	38.2
Satpam	1	1.5	1.5	39.7
Supir	4	5.9	5.9	45.6
Angkot				
Wiraswasta	37	54.4	54.4	100.0
Total	68	100.0	100.0	

pekerjaan ibu

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Guru	3	4.4	4.4	4.4
IRT	54	79.4	79.4	83.8
Pedagang	4	5.9	5.9	89.7
Pengusaha	4	5.9	5.9	95.6
Petani	2	2.9	2.9	98.5
SPA	1	1.5	1.5	100.0
Total	68	100.0	100.0	

jumlah uang saku

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 5.000	22	32.4	32.4	32.4
6.000	1	1.5	1.5	33.8
7.000	4	5.9	5.9	39.7
8.000	2	2.9	2.9	42.6
10.000	29	42.6	42.6	85.3
15.000	6	8.8	8.8	94.1
20.000	4	5.9	5.9	100.0
Total	68	100.0	100.0	

frekuensi makan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 3	21	30.9	30.9	30.9
4	5	7.4	7.4	38.2
5	30	44.1	44.1	82.4

6	7	10.3	10.3	92.6
7	3	4.4	4.4	97.1
8	2	2.9	2.9	100.0
Total	68	100.0	100.0	

pola makan grazing

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Grazing	36	52.9	52.9	52.9
Tidak Grazing	32	47.1	47.1	100.0
Total	68	100.0	100.0	

skor pph

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Baik	19	27.9	27.9	27.9
Tidak Baik	49	72.1	72.1	100.0
Total	68	100.0	100.0	

status gizi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Gizi Kurang	8	11.8	11.8	11.8
Gizi Baik	20	29.4	29.4	41.2
Gizi Lebih	22	32.4	32.4	73.5
Obesitas	18	26.5	26.5	100.0
Total	68	100.0	100.0	

Lampiran 8. Analisis Bivariat

Pola Makan *Grazing* dengan Status Gizi**Crosstab**

			status gizi baru			Total
			gizi kurang	gizi baik	gizi lebih + obesitas	
pola makan <i>Grazing</i> grazing	Count		4	5	27	36
	Expected Count		4.2	10.6	21.2	36.0
	% within pola makan grazing		11.1%	13.9%	75.0%	100.0%
Tidak <i>Grazing</i>	Count		4	15	13	32
	Expected Count		3.8	9.4	18.8	32.0
	% within pola makan grazing		12.5%	46.9%	40.6%	100.0%
Total	Count		8	20	40	68
	Expected Count		8.0	20.0	40.0	68.0
	% within pola makan grazing		11.8%	29.4%	58.8%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	9.698 ^a	2	.008
Likelihood Ratio	10.002	2	.007
Linear-by-Linear Association	4.407	1	.036
N of Valid Cases	68		

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.76.

Skor Pola Pangan Harapan (PPH) dengan Status Gizi

Crosstab

			status gizi baru			Total
			gizi kurang	gizi baik	gizi lebih + obesitas	
skor pph	Baik	Count	1	11	7	19
		Expected Count	2.2	5.6	11.2	19.0
		% within skor pph	5.3%	57.9%	36.8%	100.0%
	Tidak Baik	Count	7	9	33	49
		Expected Count	5.8	14.4	28.8	49.0
		% within skor pph	14.3%	18.4%	67.3%	100.0%
Total	Count	8	20	40	68	
	Expected Count	8.0	20.0	40.0	68.0	
	% within skor pph	11.8%	29.4%	58.8%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	10.386 ^a	2	.006
Likelihood Ratio	9.914	2	.007
Linear-by-Linear Association	1.285	1	.257
N of Valid Cases	68		

a. 1 cells (16.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.24.

Lampiran 9. Master Tabel

No	Nama	JK	Tanggal Lahir	KLS	BB	TB	Z-SCORE	STATUS GIZI	FM (sehari)	Skor Pola Makan	Kategori	RR Energi	RR Skor PPH	Kategori
1	ACJ	P	22/03/2012	7A	52,7	144,9	1,71	Gizi Lebih	3	19	Grazing	2.995	72	Tidak Baik
2	ATT	L	12/05/2012	7A	40,65	150,9	0,16	Gizi Baik	3	11	Tidak Grazing	2.586	87,7	Tidak Baik
3	COS	L	27/03/2012	7A	36,05	150,5	-1,34	Gizi Baik	3	13	Tidak Grazing	2.348,70	85,1	Tidak Baik
4	KGM	P	27/03/2011	7A	44,85	139,2	1,29	Gizi Lebih	5	19	Grazing	1.227,50	82,2	Tidak Baik
5	MMS	P	05/05/2012	7A	53,15	148,9	1,49	Gizi Lebih	5	18	Grazing	3.139,20	82,41	Tidak Baik
6	RDP	L	07/06/2012	7A	47,55	148,1	1,22	Gizi Lebih	3	19	Tidak Grazing	1.579	75	Tidak Baik
7	SBN	P	03/07/2012	7A	41,25	145,4	0,56	Gizi Lebih	3	13	Tidak Grazing	3.020	92,4	Baik
8	TIM	L	09/07/2012	7A	63,3	159,3	2,04	Obesitas	4	13	Tidak Grazing	3.647,90	60,3	Tidak Baik
9	WA	P	02/06/2012	7A	58	156,5	1,44	Gizi Lebih	3	13	Tidak Grazing	2.212	73,9	Tidak Baik
10	YHP	L	06/02/2012	7A	64,75	150,2	2,56	Obesitas	3	11	Tidak Grazing	3.503,40	69,2	Tidak Baik
11	ASM	P	01/06/2012	7B	67,3	153,6	2,35	Obesitas	5	19	Grazing	2.223	76,5	Tidak Baik
12	AJE	P	08/05/2012	7B	63,45	154,8	-0,26	Gizi Baik	5	20	Grazing	1.785	84,6	Tidak Baik
13	IBH	P	20/01/2012	7B	42,95	150,1	2,35	Obesitas	5	19	Grazing	2.396	93	Baik
14	JS	P	16/09/2010	7B	42,95	150,1	2,35	Obesitas	5	17	Grazing	2.847,10	74,9	Tidak Baik
15	JRB	P	21/03/2012	7B	39,1	150,4	-0,78	Gizi Baik	3	16	Grazing	1.733	74	Tidak Baik
16	MAA	L	07/05/2012	7B	59,45	153,9	2,01	Obesitas	6	25	Grazing	3.638,90	69,1	Tidak Baik
17	SS	P	27/02/2012	7B	52,1	148,8	1,34	Gizi Lebih	5	21	Grazing	2.356	77,4	Tidak Baik
18	TS	L	11/06/2012	7B	51,35	145,5	1,86	Gizi Lebih	3	14	Tidak Grazing	1.738	71,6	Tidak Baik
19	VCT	L	02/04/2012	7B	66,25	161,4	2,03	Obesitas	5	17	Grazing	3.506,10	69,8	Tidak Baik
20	YHD	L	27/03/2012	7B	75,9	153,2	0,92	Gizi Baik	7	24	Grazing	1.774	81,8	Tidak Baik
21	ZAS	L	23/06/2012	7B	49,75	155,1	0,92	Gizi Baik	5	15	Tidak Grazing	2.497,30	78,3	Tidak Baik
22	AKP	P	17/07/2011	8A	65.05.00	149,8	00.09	Gizi Baik	5	14	Grazing	2.320	90,2	Baik
23	AG	P	06/05/2011	8A	55,2	146	1,68	Gizi Lebih	6	21	Grazing	2.286	85,3	Tidak Baik

24	GAS	L	01/06/2011	8A	48,75	158,3	1,1	Gizi Lebih	6	15	Grazing	2.544,60	66,9	Tidak Baik
25	JDS	P	26/06/2011	8A	60,65	152,5	1,75	Gizi Lebih	5	15	Tidak Grazing	2.877,20	67,8	Tidak Baik
26	LT	P	07/08/2011	8A	48,75	156,9	0,09	Gizi Baik	3	13	Grazing	2.262	89,3	Baik
27	NV	P	03/08/2011	8A	55,75	158,3	1,1	Gizi Lebih	5	20	Grazing	2.288	90,1	Baik
28	NPS	P	27/11/2011	8A	65,5	149,8	2,39	Obesitas	5	18	Grazing	3.434,70	64,7	Tidak Baik
29	TAN	P	24/07/2011	8A	65,8	153,9	2,07	Obesitas	3	11	Tidak Grazing	4.010,80	75,2	Tidak Baik
30	ZDG	P	26/07/2011	8A	50,45	157,5	0,36	Gizi Baik	5	15	Grazing	1.860	75,2	Tidak Baik
31	AH	L	11/05/2011	8B	40,9	149,2	-0,54	Gizi Baik	5	13	Tidak Grazing	2.164	85,7	Tidak Baik
32	ARS	L	22/09/2011	8B	46,4	154	0,28	Gizi Baik	6	17	Grazing	2.276	94,1	Baik
33	BTB	L	09/08/2010	8B	68,3	176,2	0,8	Gizi Baik	7	13	Tidak Grazing	23.386,60	89,7	Baik
34	DSS	P	04/04/2010	8B	42,2	149,2	-0,54	Gizi Baik	6	13	Tidak Grazing	2.129	92,1	Baik
35	GSS	L	29/05/2010	8B	57,75	156	1,24	Gizi Lebih	5	27	Grazing	2.446	82,6	Tidak Baik
36	JCY	P	18/07/2011	8B	45,15	150,8	0,09	Gizi Baik	3	12	Tidak Grazing	2.173	91,7	Baik
37	NZA	P	01/07/2011	8B	79,55	131,5	4,53	Obesitas	7	23	Grazing	2.858,60	89,9	Baik
38	SPS	P	15/10/2012	8B	51,5	151	-2,42	Gizi Kurang	5	12	Tidak Grazing	1.872	58,3	Tidak Baik
39	YSS	L	30/10/2011	8B	33,25	144,5	-1,59	Gizi Baik	3	14	Tidak Grazing	1.566	83,1	Tidak Baik
40	CPA	L	11/07/2012	8C	41,95	152,1	-0,07	Gizi Baik	3	12	Tidak Grazing	2.008	79,1	Tidak Baik
41	CNS	P	01/06/2011	8C	48	145,4	0,95	Gizi Baik	5	13	Tidak Grazing	2.612	80,2	Tidak Baik
42	DGM	L	28/09/2011	8C	38,9	149,8	-0,76	Gizi Baik	5	17	Grazing	2.095	74,9	Tidak Baik
43	ESH	L	09/11/2011	8C	59,45	149,7	2,17	Gizi Lebih	6	18	Grazing	2.492	91,8	Baik
44	HPN	L	14/10/2011	8C	75,25	167,7	2,19	Obesitas	8	17	Grazing	2.747	72,3	Tidak Baik
45	JG	L	10/11/2011	8C	50,75	147,8	-1,78	Gizi Baik	5	13	Tidak Grazing	2.001	92,2	Baik
46	MCG	L	02/12/2011	8C	62,85	153,4	2,21	Obesitas	3	21	Grazing	2.980	72,9	Tidak Baik
47	SOP	P	29/08/2010	8C	36,65	151,2	-1,89	Gizi Baik	5	8	Tidak Grazing	2.295	90,1	Baik
48	AH	L	10/11/2011	9A	74,8	154,2	2,86	Obesitas	8	26	Grazing	3.024	72,6	Tidak Baik
49	COS	P	23/10/2011	9A	64	147,9	2,35	Obesitas	5	25	Grazing	2.343	90,1	Baik
50	EFT	P	21/06/2010	9A	56,75	145,6	1,71	Gizi Lebih	4	15	Tidak Grazing	2.189	72,5	Tidak Baik
51	GAB	P	10/07/2011	9A	44,45	146,9	0,35	Gizi Baik	3	13	Tidak Grazing	1.876	72,3	Tidak Baik

52	MS	L	22/05/2011	9A	47,9	146,9	-0,83	Gizi Baik	3	15	Tidak Grazing	2.190	92,9	Baik
53	RSC	P	14/12/2010	9A	57	152,9	1,28	Gizi Lebih	5	16	Grazing	2.272	76	Tidak Baik
54	RS	L	23/06/2011	9A	43,4	152,8	-0,42	Gizi Baik	3	13	Tidak Grazing	2.202	89,7	Baik
55	AFS	P	23/07/2011	9B	47,2	140,5	1,29	Gizi Lebih	3	12	Tidak Grazing	2.683	89,3	Baik
56	CGS	P	29/05/2011	9B	48,65	161,2	-0,38	Gizi Baik	6	16	Grazing	1.893	87,6	Tidak Baik
57	JSI	L	10/04/2011	9B	66	158,2	1,82	Gizi Lebih	5	18	Grazing	2.743	73,1	Tidak Baik
58	JTM	L	16/03/2021	9B	52,35	164	0,06	Gizi Baik	3	13	Tidak Grazing	1.934	80,1	Tidak Baik
59	KPN	P	29/08/2011	9B	49,65	147,4	1,82	Gizi Lebih	3	14	Tidak Grazing	1.811	77,8	Tidak Baik
60	MPS	P	14/11/2011	9B	40,6	150	2,36	Obesitas	4	15	Tidak Grazing	2.409,80	85	Tidak Baik
61	MT	L	26/08/2011	9B	98,96	173,4	2,99	Obesitas	3	15	Grazing	2.667	74,9	Tidak Baik
62	CNA	P	24/12/2011	9C	67,5	145,7	2,72	Obesitas	5	21	Grazing	2.746	79,8	Tidak Baik
63	DLA	L	05/10/2010	9C	45,3	164	-1,4	Gizi Baik	5	25	Tidak Grazing	2.224	79,2	Tidak Baik
64	EMG	L	30/08/2010	9C	43,65	145,7	0,36	Gizi Baik	4	16	Tidak Grazing	2.420,90	91,4	Baik
65	JSS	L	01/12/2010	9C	32,2	154,1	-2,79	Gizi Kurang	3	17	Grazing	2.124	68,7	Tidak Baik
66	LS	L	23/06/2011	9C	34,95	158,4	-2,01	Gizi Kurang	4	15	Grazing	1.516	74,1	Tidak Baik
67	MFS	P	04/10/2011	9C	51,25	156,6	0,5	Gizi Baik	5	13	Tidak Grazing	2.945,20	89,9	Baik
68	RKW	L	06/04/2011	9C	63,85	160,8	1,67	Gizi Lebih	5	21	Grazing	2.452	84,9	Tidak Baik

SKOR POLA PANGAN HARAPAN (PPH) RESPONDEN

001

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	300	320	310	837	893,6	865,3	865,3	139,5	148,9	144,2	0,5	30,3	30,8	30,5	36,8495017	18,424751	18,4
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	80	0	60	123,2	0	92,4	71,8	61,6	0	46,2	0,5	2,9	2,5	2,7	3,05766119	1,5288306	1,52
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	140	150	145	380	408	394,4	394,1	126,9	136	131,5	2,0	12,1	11,6	11,9	16,7830679	33,566136	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	36	40	38	326,2	362,4	344,4	344,3	108,7	120,8	114,8	0,5	2,1	2,1	2,2	14,6622945	7,3311473	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	35	30	0	189	162	117	0	126	108	0,5	-3,8	-5,2	-4,8	4,98253982	2,4912699	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	48	52	50	245,8	266,2	256	256	122,9	133,1	128	2,0	-3,2	-2,9	-3	10,9019675	21,803935	10
7	Gula	2,0-15,0	26	28	27	113,4	122,1	117,8	117,7	113,4	122,1	117,8	0,5	3,3	3	3,2	5,01234989	2,5061749	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	230	260	240	101,2	114,4	105,6	107	67,5	76,3	70,4	5,0	30,8	29,4	29,5	4,55668171	22,783409	22,7
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	240	260	250	72	78	75	75	72	78	75	0,0	0	0	0	3,19393578	0	0
	JUMLAH					2.199,6 + 2.433,7 + 2.412,9			2348,2		104,7 + 115,9 + 114,9/3 = 111,8%			85,9 + 87,2 + 87,7/3 = 86,9					85,12

002

RECALL HARI KE-1,2,3																			
NO	KELOMPOK PANGAN	%AK G (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	310	330	320	865,3	921,4	893,6	893,4	41,2	43,9	42,6	0,5	32,6	32,7	32,8	34,5448921	17,272446	17,2
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	80	60	90	123,2	92,4	138,6	118	5,9	4,4	6,6	0,5	1,9	2,8	1,6	4,56267883	2,2813394	2,2
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	145	155	150	394.4	421.6	408	408	18.8	20.1	19.4	2.0	16.3	16.3	16.5	15,7760421	31,552084	24

4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	38	42	40	344,4	381	362,4	362,6	16,4	18,1	17,3	0,5	3,1	2,8	3,02	14,02 05707	7,01028 54	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	30	35	30	162	189	162	171	7,7	9	7,7	0,5	-5,8	-6,8	-5,3	6,612 01763	3,30600 88	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	55	60	58	281,6	307,2	296,9	295,2	13,4	14,6	14,1	2,0	-2,5	-3	-2,8	11,41 44304	22,8288 61	10
7	Gula	2,0-15,0	27	30	28	117,8	131	122,1	123,6	5,6	6,2	5,8	0,5	3,5	3,4	3,5	4,779 21274	2,38960 64	2,3
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	300	320	310	132	140,8	136,4	136,4	6,3	6,7	6,5	5,0	28,2	28,2	28,4	5,274 1474	26,3707 37	26
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	250	270	260	75	81	78	78	3,6	3,9	3,7	0,0	0	0	0	3,016 00804	0	0
	JUMLAH					2.495,7 + 2.664 + 2.598			2586,2	118,8 + 126,9 + 123,7/3 = 123,1%				76,4 + 77,9 + 77,1/3 = 77,1					87,7

003

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	380	400	390	1.371,50	1.116,50	987,60	1.158,5	50,5	53,2	51,8	0,5	25,8	37,6	21,5	44,6425 36	22,32126 8	22,3
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	40	0	0	61,6	0	20,5	0	2,9		0,5	0	4,2	0	0,79122 46	0,395612 3	0,3
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	190	200	195	679,7	544	298,2	507,3	24,6	25,9	0	2,0	0,21	14,1	13,6	19,5481 285	39,09625 7	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	70	75	72	317,2	681,8	154,3	384,4	30,3	32,5	25,3	0,5	4,45	-0,6	5,5	14,8136 255	7,406812 8	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	20	0	0	108	0	36,0	0	5,1	31,1	0,5	0	0,88	0	1,38721 196	0,693606	0,6
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	55	60	58	99,5	307,2	108,2	171,6	13,4	14,6	0	2,0	13	0,86	7,52	6,61366 147	13,22732 3	10
7	Gula	2,0-15,0	45	50	48	174,1	218	99,6	163,9	9,3	10,4	14,1	0,5	1,93	1,6	2,13	6,31566 779	3,157833 9	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	90	120	100	10,7	59,1	44	37,9	1,9	2,5	10	5,0	57,9	50,8	47,1	1,46171 038	7,308551 9	7,3
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	360	400	380	182,9	120	41,7	114,9	5,1	5,7	2,1	0,0	0	0	0	4,42623 372	0	0
	JUMLAH					2.835,6 + 3.209,9 + 1.733,6			2.595,1	135,1 + 152,8 + 139,8 = 142,6%				96,2 + 98,5 + 97,4/3 = 97,3					72

004

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	210	230	220	586,2	642,4	614,6	614,4	27,9	30,6	29,3	0,5	23,5	23,8	23,6	50,0570311	25,028516	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	40	0	0	61,6	0	20,5	0	2,9	0	0,5	0	1	0	1,67019716	0,8350986	0,8
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	55	40	50	149,6	163,2	136	149,6	7,1	7,8	6,5	2,0	10,5	11,2	10	12,1883657	24,376731	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	18	20	18	163,8	181,2	163,8	169,6	7,8	8,6	7,8	0,5	4	4,2	4	13,8178263	6,9089131	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0	0	0
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	20	25	20	102,4	128	102,4	110,9	4,9	6,1	4,9	2,0	5,2	6	5,2	9,0353593	18,070719	10
7	Gula	2,0-15,0	15	18	15	65,5	78,6	65,5	69,8	3,1	3,7	3,1	0,5	2	2,2	2	5,68681766	2,8434088	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	80	100	70	35,2	44	30,8	36,6	1,7	2,1	1,5	5,0	6,5	7,5	6	2,98191299	14,909565	14,9
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	180	200	180	54	60	54	56	2,6	2,9	2,6	0,0	0	0	0	4,56248982	0	0
	JUMLAH					1.156,7 + 1.358,9 + 1.166,9			1227,4	55,1 + 64,7 + 55,6/3 = 58,5%				51,7 + 55,9 + 50,8/3 = 52,8					82,2

005

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	360	380	370	1.004,40	1.060,60	1.032,50	1.032,50	47,8	50,5	49,2	0,5	24,8	24,9	24,8	33,4781622	16,739081	16,7
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	80	60	90	123,2	92,4	138,6	118,07	5,9	3,3	6,6	0,5	2	1,6	2	3,8282373	1,9141187	1,91
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	180	190	185	489,6	516,8	503,2	503,20	23,3	24,6	24	2,0	25	25	25	16,3159431	32,631886	24
4	Minyak dan	5,0-15,0	55	60	58	499,5	544,8	526,7	523,67	23,8	25,9	25,1	0,5	5	5	5	16,9795	8,489780	5

	Lemak																618	9	
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	35	40	35	189	216	189	198,00	9	10,3	9	0,5	1,4	1,6	1,4	6,42002529	3,2100126	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	70	75	72	358,4	384	368	370,13	17,1	18,3	17,6	2,0	10	10	10	12,0013402	24,00268	10
7	Gula	2,0-15,0	35	40	38	153	174,4	165,7	109,13	7,3	8,3	7,9	0,5	2,8	3	2,9	3,5385796	1,7692898	1,7
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	300	320	310	132	140,8	136,4	136,40	6,3	6,7	6,5	5,0	20	21	20,5	4,42268409	22,11342	22,1
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	300	320	310	90	96	93	93,00	4,3	4,6	4,4	0,0	0	0	0	3,01546642	0	0
	JUMLAH					3.038,1 + 3.225,8 + 3.153,7			3.084,10	144,7 + 153,6 + 150,2/3 = 149,5%				91,0 + 92,1 + 91,6/3 = 91,6					82,41

006

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	260	280	270	830	890	860	860	41,5	44,5	43	0,5	25	25	25	55,5125226	27,756261	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	40	0	0	0	0	0	0	3	0	0,5	0	1,5	0	0	0	0
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	90	100	95	180	200	190	190	9	10	9,5	2,0	9	10	9,5	12,2643945	24,528789	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	30	32	30	270	288	270	276	13,5	14,4	13,5	0,5	5	5	5	17,8156468	8,9078234	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0	0	0
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	40	50	45	80	100	90	90	4	5	4,5	2,0	2	2,5	2,3	5,80945004	11,6189	10
7	Gula	2,0-15,0	30	28	30	120	110	90	106,6	6	5,5	6	0,5	2,5	2,5	2,5	6,88097082	3,4404854	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	60	80	50	25	35	20	26,6	1,3	1,8	1	5,0	4	6	3	1,71701523	8,5850762	8,5
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	JUMLAH					1.505 + 1.683 + 1.550			1549,2	75,3 + 84,2 + 77,5/3 = 79,0%				49,5 + 52,5 + 47,3/3 = 49,8					75

007

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0- 60,0	350	390	370	976,5	1,088,5	1.032,50	1.932,50	46,5	51,8	49,2	0,5	24,7	24,9	24,8	41,3687 545	20,68437 7	20,6
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	60	0	80	92,4	0	123,2	71,8	4,4	0	5,9	0,5	1,6	0	2	77,2043 011	38,60215 1	2,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	170	200	185	462,4	544	503,2	503,2	22	25,9	24	2,0	25	25	25	10,7719 313	21,54386 3	21,5
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	50	65	60	454,5	590,4	544,8	529,9	21,6	28,1	25	0,5	5	5	5	11,3434 945	5,671747 2	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	30	0	35	162	0	189	117	7,7	0	9	0,5	1,4	0	1,6	2,50460 247	1,252301 2	1
6	Kacang- kacangan	2,0-10,0	65	80	75	332,8	409,6	384	1.126,40	15,8	19,5	18,3	2,0	9,8	10	10	24,1126 857	48,22537 1	10
7	Gula	2,0-15,0	32	45	40	139,5	196,2	174,4	170	6,6	9,3	8,3	0,5	2,7	3	2,9	3,63916 599	1,819583	1,8
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	280	300	290	123,2	132	127,6	127,6	5,9	6,3	6,1	5,0	20	21	20,5	9,73080 149	48,65400 7	30
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	280	330	320	84	99	96	93	4	4,7	4,6	0,0	0	0	0	1,99083 786	0	0
	JUMLAH					2.827,3 + 3.059,7 + 3.174,7			4.671,40	134,7 + 145,6 +151,3/3 = 143,9				90,2 + 88,9 + 91,8/3 = 90,3					92,4

008

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0- 60,0	460	480	470	1.283,40	1.339,20	1.311,30	1.311,30	61,1	63,8	62,4	0,5	25	25	25	35,9476 945	17,97384 7	17,9
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	60	0	80	92,4	0	123,2	71,8	4,4	0	5,9	0,5	1,6	0	2	1,96830 967	0,984154 8	0,9
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	220	240	230	598,4	652,8	625,6	625,6	28,5	31,1	29,8	2,0	25	25	25	17,1500 631	34,30012 6	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	95	100	98	862,6	908	889,8	886,8	41,1	43,2	42,4	0,5	5	5	5	24,3105 433	12,15527 2	5

5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0	0	0
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	50	48	230,4	256	245,8	244	11	12,2	11,7	2,0	6,5	7	6,8	6,68896 321	13,37792 6	10
7	Gula	2,0-15,0	75	80	78	327,5	349,6	340,8	339,3	15,6	16,6	16,2	0,5	3	3	3	9,30149 679	4,650748 4	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5,0	0	0	0	0	0	0
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	550	580	560	165	174	168	169	7,9	8,3	8	0,0	0	0	0	4,63292 944	0	0
	JUMLAH					3.559,7 + 3.679,6 + 3.704,5			3.647,80	169,6 + 175,2 + 176,4/3 = 173,4%				66,1 + 65 + 66,8/3 = 66,0					60,3

009

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	350	360	370	1.225	1.260	1.295	1.260	61,3	63	64,8	0,5	24,5	24,8	25	46,8140 442	23,40702 2	23,4
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	100	0	0	120	0	40	0	6	0	0,5	0	4,5	0	1,48616 013	0,743080 1	0,7
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	110	120	115	220	240	230	536,6	11	12	11,5	2,0	18,5	19	18,8	19,9368 382	39,87367 6	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	30	35	32	270	315	290	291,6	13,5	15,8	14,5	0,5	9,5	9,8	9,6	10,8341 074	5,417053 7	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	25	0	0	150	0	50	0	7,5	0	0,5	0	4,5	0	1,85770 017	0,928850 1	0,9
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	35	40	30	140	160	120	140	7	8	6	2,0	8,5	9	8	5,20156 047	10,40312 1	10
7	Gula	2,0-15,0	20	25	20	80	100	80	260	4	5	4	0,5	4,5	4,8	4,5	9,66004 087	4,830020 4	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	80	100	60	40	50	30	40	2	2,5	1,5	5,0	6,5	7,5	5,5	1,48616 013	7,430800 7	7,4
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	350 ml	400 ml	300 ml	70	90	60	73,3	3,5	4,5	3	0,0	0	0	0	2,72338 845	0	0
	JUMLAH					2.045 + 2.485 + 2.105			2.692	102,3 + 124,3 + 105,3/3 = 110,6%				88,5 + 91,9 + 87,9/3 = 89,4					73,9

010

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	430	440	420	1.199,50	1.227,60	1.171,60	1.199,50	57,1	58,5	55,8	0,5	25	25	25	34,2420782	17,121039	17,1
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	40	60	0	61,6	92,4	0	51,3	2,9	4,4	0	0,5	1	1,6	0	1,46445904	0,7322295	0,7
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	220	235	225	598,4	639,2	612	616,5	28,5	30,4	29,1	2,0	25	25	25	17,5992007	35,198401	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	85	90	88	772,8	817,2	799	796,3	36,8	38,9	38	0,5	5	5	5	22,731944	11,365972	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	0	0	108	0	0	36	5,1	0	0	0,5	0,8	0	0	1,02769055	0,5138453	0,5
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	55	60	58	281,6	307,2	296,9	295,2	13,4	14,6	14,1	2,0	7,5	8	7,8	8,42706252	16,854125	10
7	Gula	2,0-15,0	65	68	70	283,8	296,9	305	295,2	13,5	14,1	14,6	0,5	3	3	3	8,42706252	4,2135313	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	140	160	150	61,6	70,4	66	66	2,9	3,4	3,1	5,0	9,5	10,5	10	1,88409934	9,4204967	9,4
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	480	500	490	144	150	147	147	6,9	7,1	7	0,0	0	0	0	46,6666667	0	0
	JUMLAH					3.511,3 + 3.600,9 + 3.398,0			3.503,00	167,1 + 171,4 + 161,7/3 =166,7%				76,8 + 78,1 + 75/3 = 76,9					69,2

011

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	350	300	320	1.225	1.050	1.120	1.132	58,3	50	53,3	0,5	26,2	25	25,1	50,2241356	25,112068	25,1
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	20	50	0	16	40	0	29,3	0,8	1,9	0	0,5	0,7	1,9	0	1,30043052	0,6502153	0,6
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	150	140	160	300	280	320	320	14,3	13,3	15,2	2,0	15,4	16	17,2	14,2026541	28,405308	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	38	32	35	342	288	315	315	16,3	13,7	15	0,5	11,7	11	11,3	13,9807377	6,9903688	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	15	0	10	90	0	60	50	4,3	0	2,9	0,5	2,7	0	1,9	2,21916471	1,1095824	1

6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	50	60	55	200	240	220	220	9,5	11,4	10,5	2,0	8,6	11,4	9,9	9,76432 471	19,52864 9	10
7	Gula	2,0-15,0	25	28	30	100	112	120	110,6	4,8	5,3	5,7	0,5	4,3	5,3	5,4	4,90879 233	2,454396 2	2,4
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	70	100	60	35	50	30	38,3	1,7	2,4	1,4	5,0	2,3	3,6	2	1,69988 017	8,499400 8	8,4
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	30	40	45	30	40	45	38,3	1,4	1,9	2,1	0,0	0	0	0	1,69988 017	0	0
	JUMLAH					2.338 + 2.100 + 2.230			2.253	111,4 + 100,0 + 106,1/3 = 105,8%				78,4 + 83,7 + 82,8/3 = 81,6					76,5

012

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	320	300	330	1120	1.050	1.155	1.108,30	56	52,5	57,8	0,5	23	22	23,5	59,4294 6	29,71473	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	50	0	0	60	0	20	0	3	0	0,5	0	3	0	1,07244 356	0,536221 8	0,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	90	80	100	180	160	200	180	9	8	10	2,0	18	17	19	9,65199 206	19,30398 4	20,1
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	25	20	25	225	180	225	210	11,3	9	11,3	0,5	9	8,5	9	11,2606 574	5,630328 7	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	0	20	0	0	120	40	0	0	6	0,5	0	0	4,5	2,14488 713	1,072443 6	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	30	40	30	120	160	120	133,3	6	8	6	2,0	8	9	8	7,14783 635	14,29567 3	10
7	Gula	2,0-15,0	15	10	15	60	40	60	53,3	3	2	3	0,5	4	3,5	4	2,85806 209	1,429031	1,4
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	150	150	150	120	120	120	120	2	1,5	2,5	5,0	6,5	5,5	7	6,43466 138	32,17330 7	30
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	JUMLAH					1.745 + 1.680 + 1.930			1.864,90	89,30%				88,5 + 88,5 + 95,0/3 = 90,7					93

013

RECALL HARI KE-1,2,3																			
----------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	320	340	330	893,6	949,2	921,4	921,4	148,9	158,2	153,6	0,5	24,7	24,8	24,8	38,4493407	19,22467	19,2
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	90	0	0	138,6	0	46,2	0	69,3	0	0,5	0	2	0	11,8522319	5,926116	2,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	135	150	145	367,2	408	394,4	389,8	122,4	136	131,5	2,0	24,9	25	25	16,2660658	32,532132	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	38	42	40	344,4	381	364,4	363,2	114,8	127	120,8	0,5	5	5	5	15,1560674	7,5780337	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	35	40	0	189	216	0	135	126	144	0	0,5	1,6	1,8	0	5,63345018	2,8167251	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	50	48	230,6	256	245,8	244,1	115,3	128	122,9	2,0	9,6	9,8	9,7	10,1861125	20,372225	10
7	Gula	2,0-15,0	28	30	29	122,1	131	126,5	126,5	122,1	131	126,5	0,5	2,7	2,8	2,7	5,27875146	2,6393757	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	210	240	220	92,4	105,6	96,8	98,2	61,6	70,4	64,5	5,0	16,4	17,6	16,8	4,09781339	20,489067	20,4
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	220	260	240	66	78	72	72	66	78	72	0,0	0	0	0	3,00450676	0	0
	JUMLAH					2.305,3 + 2.663,4 + 2.219,3			2396,4	109,8 + 126,8 + 105,7/3 = 114,1%				84,9 + 88,8 + 84/3 = 85,9					84,6

014

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	380	360	370	1.060,40	1.004,40	1.032,20	1.032,30	176,7	167,4	172	0,5	24,8	24,7	24,8	36,2604939	18,130247	18,1
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	60	0	80	92,4	0	123,2	71,8	46,2	0	61,6	0,5	1,6	0	2	2,52204152	1,2610208	1,2
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	170	165	175	462,4	448,8	476	462,4	154,1	149,6	158,7	2,0	25	24,9	25	16,2422284	32,484457	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	55	52	58	498,3	470,4	524,4	497,7	166,1	156,8	174,8	0,5	5	5	5	17,4821736	8,7410868	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	45	0	50	243	0	270	171	162	0	180	0,5	1,9	0	2,1	6,00653342	3,0032667	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	60	55	62	307,2	281,6	317,4	302	153,6	140,8	158,7	2,0	9,8	9,6	9,9	10,6080298	21,21606	10

7	Gula	2,0-15,0	36	34	38	157	148,2	165,7	156,9	157	148,2	165,7	0,5	2,9	2,8	3	5,51125 786	2,755628 9	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	160	180	170	70,4	79,2	74,8	74,8	46,9	52,8	49,9	5,0	15,2	16,4	15,8	2,62741 93	13,13709 6	13,1
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	260	240	280	78	72	84	78	78	72	84	0,0	0	0	0	2,73982 226	0	0
	JUMLAH					2.968,9 + 2.504,6 + 3.067,7/3 = 2.847,1 kkal			2.846,90	141,4 + 119,3 + 146,1/3 = 135,6%				86,2 + 83,4 + 87,6/3 = 85,7					74,9

015

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	300	320	310	1.050	1.120	1.085	1.085	52,5	56	54,3	0,5	22	23,5	22,5	62,6045 814	31,30229 1	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	60	0	0	70	0	23,3	0	3,5	0	0,5	0	3,5	0	1,34441 175	0,672205 9	0,6
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	85	95	90	170	190	180	180	8,5	9,5	9	2,0	17,5	18,5	18	10,3860 135	20,77202 7	20,7
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	20	25	20	180	225	180	195	9	11,3	9	0,5	8,5	9	8,5	11,2515 146	5,625757 3	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	0	15	0	0	90	30	0	0	4,5	0,5	0	0	4	1,73100 225	0,865501 1	0,8
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	40	30	40	160	120	160	146,6	8	6	8	2,0	9	8	9	8,45883 1	16,91766 2	10
7	Gula	2,0-15,0	10	15	10	40	60	40	46,6	2	3	2	0,5	3,5	4	3,5	2,68882 35	1,344411 7	1,3
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	70	90	0	35	45	0	26,6	1,8	2,3	0	5,0	6	7	0	2,13175 188	10,65875 9	10,6
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0	0	0
	JUMLAH					1.635 + 1.830 + 1.735/3 = 1.733 kkal			1.733	86,70%				86,5 + 93,5 + 85,5/3 = 88,5			301,251 521		74

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	460	430	450	1.285,20	1.200,40	1.257,80	1.247,80	214,2	200,1	209,6	0,5	24,9	24,8	24,9	34,2905823	17,145291	17,1
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	110	90	0	169,4	138,6	102,6	0	84,7	69,3	0,5	0	2,2	1,9	2,81953338	1,4097667	1,4
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	220	200	215	598,4	543,6	584,1	575,3	199,5	181,2	194,7	2,0	25	24,8	25	15,8097227	31,619445	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	80	70	78	724,8	633,6	706,6	688,3	241,6	211,2	235,5	0,5	5	5	5	18,9150567	9,4575284	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	65	55	60	351	297	324	324	234	198	216	0,5	2,1	1,8	2	8,90378961	4,4518948	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	72	65	70	368,6	332,5	358,4	353,1	184,3	166,3	179,2	2,0	9,9	9,7	9,8	9,70348182	19,406964	10
7	Gula	2,0-15,0	48	42	46	209,6	183,1	200,9	197,8	209,6	183,1	200,9	0,5	3	2,8	2,9	5,43570859	2,7178543	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	120	150	135	52,8	66	59,4	59,4	35,2	44	39,6	5,0	14,2	15,6	14,8	1,63236143	8,1618071	8,1
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	320	280	300	96,8	84,5	90,6	90,6	96,8	84,5	90,6	0,0	0	0	0	2,48976339	0	0
	JUMLAH					3.687,2 + 3.509,1 + 3.720,4/3 = 3.638,9 kkal			3.638,90	175,6 + 167,1 + 177,2/3 = 173,3%				90,2 + 92,0 + 91,4 = 91,2				69,1	

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	320	340	330	1.120	1.190	1.155	1.155	56	59,5	57,8	0,5	25	25	25	49,0320937	24,516047	24,5
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	60	0	0	72	0	24	0	3,6	0	0,5	0	4	0	1,0188487	0,5094244	0,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	130	140	135	338	364	351	351	16,9	18,2	17,6	2,0	18	18	18	14,9006623	29,801325	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	30	32	31	270	288	279	279	13,5	14,4	14	0,5	5	5	5	11,8441161	5,9220581	5

5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	0	20	0	0	120	40	0	0	6	0,5	0	0	4	1,69808 117	0,849040 6	0,8
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	35	40	38	182	208	198	196	9,1	10,4	9,9	2,0	5	5	5	8,32059 772	16,64119 5	10
7	Gula	2,0-15,0	45	50	48	180	200	192	190,6	9	10	9,6	0,5	2	2	2	8,09135 677	4,045678 4	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	120	100	180	43	36	65	48	2,2	1,8	3,3	5,0	15	12	20	2,03769 74	10,18848 7	10,1
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	30	30	30	72	72	72	72	3,6	3,6	3,6	0,0	0	0	0	3,05654 61	0	0
	JUMLAH					2.205 + 2.430 + 2.432/3 = 2.356 kkal			2.356	110,3 + 121,5 + 121,8/3 = 117,9%				71 + 72 + 80/3 = 74,3					77,4

018

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	230	240	235	805	840	823	822,6	40,3	42	41,2	0,5	22,5	23	22,8	47,3438 849	23,67194 2	23,6
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0	0	0
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	110	115	110	285	300	285	290	14,3	15	14,3	2,0	14,5	15	14,8	16,6906 475	33,38129 5	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	28	30	28	252	270	252	258	12,6	13,5	12,6	0,5	7	7,5	7,3	14,8489 209	7,424460 4	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0	0	0
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,0	0	0	0	0	0	0
7	Gula	2,0-15,0	50	55	52	200	220	208	209,3	10	11	10,4	0,5	3,5	3,8	3,6	12,0460 432	6,023021 6	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	150	160	155	55	60	58	57,6	2,8	3	2,9	5,0	5,5	6	5,8	3,31510 791	16,57554	16,5
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	45	45	45	100	100	100	100	5	5	5	0,0	0	0	0	5,75539 568	0	0
	JUMLAH					1.697 + 1.790 + 1.726/3 = 1.738 kkal			1737,5	84,9 + 89,5 + 86,3/3 = 86,9%				53,5 + 55,8 + 54,8/3 = 54,7					71,6

019

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	420	450	440	1.172,40	1.257,80	1,229,6	1219,9	195,4	209,6	204,9	0,5	24,8	24,9	24,9	34,1460001	17,073	17
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	120	0	100	184,8	0	154	112,9	92,4	0	77	0,5	2,4	0	2,1	3,16016347	1,5800817	1,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	190	210	200	516,8	679,2	651,6	615,8	172,1	194,1	182,9	2,0	24,8	25	24,9	17,2367463	34,473493	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	68	75	72	615,8	679,22	651,6	648,8	205,3	226,4	217,2	0,5	5	5	5	18,1604434	9,0802217	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	55	60	50	297,6	324	270	297,2	198,4	216	180	0,5	1,8	2	1,7	8,31887141	4,1594357	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	65	70	68	332,5	358,4	347,2	346	166,3	179,2	173,6	2,0	9,7	9,9	9,8	9,68482338	19,369647	10
7	Gula	2,0-15,0	40	45	42	174,4	196,2	183,1	184,5	174,4	196,2	183,1	0,5	2,8	3	2,9	5,16430611	2,5821531	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	140	160	130	61,6	71,2	56,4	63	41,1	47,5	37,6	5,0	15,1	16,2	14,4	1,7634216	8,817108	8,81
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	260	300	280	78,4	90,6	84,5	84,5	78,4	90,6	84,5	0,0	0	0	0	2,36522421	0	0
	JUMLAH					3.433,7 + 3.559,8 + 3,3524,9/3 = 3.506.1 kkal			3572.6	163,5 + 169,5 + 167,9/3 = 166.9%				91,6 + 92,4 + 90.8/3 = 91.6					69,81

020

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	260	240	270	910	840	945	898	45,5	42	47,3	0,5	25	25	25	50,6512546	25,325627	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	50	0	0	60	0	20	0	3	0	0,5	0	4	0	1,12771356	0,5638568	0,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	110	95	115	286	247	299	277,3	14,3	12,4	15	2,0	18	16	18	15,6357485	31,271497	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	22	20	24	198	180	216	198	9,9	9	10,8	0,5	5	4	5	11,1643643	5,5821821	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	0	15	0	0	90	30	0	0	4,5	0,5	0	0	4	1,69157034	0,8457852	1

6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	30	20	25	156	104	130	130	7,8	5,2	6,5	2,0	5	4	5	7,33013 814	14,66027 6	10
7	Gula	2,0-15,0	25	30	28	100	120	112	110,6	5	6	5,6	0,5	2	2	2	6,23625 599	3,118128	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	150	80	180	54	29	65	49,3	2,7	1,5	3,3	5,0	14	10	18	2,77981 393	13,89907	13,8
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	25	25	25	60	60	60	60	3	3	3	0,0	0	0	0	3,38314 068	0	0
	JUMLAH					1.764 + 1.640 + 1.917/3 = 1.774 kkal			1.774	88,2 + 82,0 + 95,9/3 = 88,7%				70 + 66 + 78/3 = 71,3					81,8

021

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	350	370	360	974,8	1.030,60	1.002,70	1.002,70	147,3	155,7	151,4	0,5	24,5	24,7	24,6	40,1518 994	20,07595	20
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	60	80	0	92,4	123,2	0	71,8	46,2	61,6	0	0,5	1,3	1,6	0	2,87514 349	1,437571	1,4
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	140	150	145	358,6	384,2	371,4	371,4	119,5	128,1	123,8	2,0	24	24,2	24,1	14,8722 603	29,74452 1	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	42	48	45	379,7	434,8	406,8	407,1	126,6	144,9	135,6	0,5	5	5	5	16,3018 233	8,150911 7	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	30	28	32	162,6	151,8	173,4	162,6	108,4	101,2	115,6	0,5	1,5	1,4	1,6	6,51111 882	3,255559 4	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	50	48	230,1	255,7	245,5	243,77	115,1	127,9	122,8	2,0	9,4	9,6	9,5	9,76133 906	19,52267 8	10
7	Gula	2,0-15,0	22	25	24	96	109,1	104,8	103,3	96	109,1	104,8	0,5	2,3	2,5	2,4	4,13652 26	2,068261 3	2
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	160	180	150	73,2	82,4	68,6	74,73	48,8	54,9	45,7	5,0	15,2	16,4	14,7	2,99260 525	14,96302 6	14,9
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	200	220	210	57,1	62,7	59,8	59,87	57,1	62,7	59,8	0,0	0	0	0	2,39728 77	0	0
	JUMLAH					2.424,5 + 2.634,5 + 2.433,0/3 = 2.497,3 kkal			2.497,27	103,2 + 112,1 + 103,6/3 = 106,3%				83,2 + 85,4 + 81,9/3 = 83,5					78,3

022

RECALL HARI KE-1,2,3																			
----------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	290	300	295	1.015	1.050	1.033	1032,7	50,8	52,5	51,7	0,5	24,8	25,2	25	44,3077803	22,15389	22,3
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	45	50	45	58	65	58	60,3	2,9	3,3	2,9	0,5	4,5	4,8	4,5	2,58867277	1,2943364	1,3
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	145	150	145	375	390	375	380,0	18,8	19,5	18,8	2,0	18,8	19,2	19	16,3043478	32,608696	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	22	25	23	198	225	207	210,0	9,9	11,3	10,4	0,5	7,5	7,8	7,6	9,01029748	4,5051487	4,5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	25	30	25	150	180	150	160,0	7,5	9	7,5	0,5	6,5	7	6,5	6,86498856	3,4324943	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	60	65	60	210	228	210	216,0	10,5	11,4	10,5	2,0	10,5	11	10,5	9,26773455	18,535469	10
7	Gula	2,0-15,0	25	30	28	100	120	112	110,7	5	6	5,6	0,5	4,5	4,8	4,6	4,74828375	2,3741419	2,3
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	270	280	275	98	135	115	116,0	4,8	5	4,9	5,0	11,5	12	11,8	4,9771167	24,885584	24,8
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	20	20	20	45	45	45	45,0	2,3	2,3	2,3	0,0	0	0	0	1,93077803	0	0
	JUMLAH					2.246 + 2.403 + 2.311/3 = 2.320 kkal			2330,7	112,3 + 120,2 + 115,6/3 = 116,0%				89,4 + 92,6 + 90,3/3 = 90,8					90,2

023

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	300	280	290	1.050	980	1.015	1015,0	50	46,7	48,3	0,5	22,9	22,2	21,6	44,3942266	22,197113	22,1
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	80	100	90	64	80	72	72,0	3	3,8	3,4	0,5	2,8	3,6	3,1	3,14914711	1,5745736	1,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	170	160	180	340	320	360	340,0	16,2	15,2	17,1	2,0	17,9	17,4	18,4	14,8709724	29,741945	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	30	28	32	270	252	288	270,0	12,9	12	13,7	0,5	9,4	9,1	9,8	11,8093016	5,9046508	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	15	25	120	90	150	120,0	5,7	4,3	7,1	0,5	3,6	2,9	4,5	5,24857851	2,6242893	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	60	70	65	240	280	260	260,0	11,4	13,3	12,4	2,0	10,5	12,6	11	11,3719201	22,74384	10

7	Gula	2,0-15,0	20	18	22	80	72	88	80,0	3,8	3,4	4,2	0,5	3,5	3,3	3,7	3,49905 234	1,749526 2	1,7
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	180	200	170	90	100	85	91,7	4,3	4,8	4	5,0	5,9	6,8	5,4	4,00933 081	20,04665 4	20
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	35	40	38	35	40	38	37,7	1,7	1,9	1,8	0,0	0	0	0	1,64747 048	0	0
	JUMLAH					2.289 + 2.214 + 2.356/3 = 2.286 kkal			2286,3	109 + 105,4 + 112,2/3 = 108,9%				84 + 86,9 + 85,5/3 = 85,5					85,3

024

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0- 60,0	360	380	370	1.003,20	1,058,4	1,031,6	334,4	151,7	160	155,9	0,5	24,6	24,8	24,7	18,0945 853	9,047292 7	9
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	70	0	80	107,8	0	123,2	77,0	53,9	0	61,6	0,5	1,5	0	1,6	4,16651 636	2,083258 2	2
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	145	155	150	370,4	396,8	383,6	383,6	123,5	132,3	127,9	2,0	23,8	24	23,9	20,7568 27	41,51365 4	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	45	50	48	406,8	452	433,9	430,9	135,6	150,7	144,6	0,5	5	5	5	23,3162 584	11,65812 9	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	28	32	30	151,8	173,4	162,6	162,6	101,2	115,6	108,4	0,5	1,4	1,6	1,5	8,79838 39	4,399191 9	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	50	48	230,1	255,7	245,5	243,8	115,1	127,9	122,8	2,0	9,2	9,5	9,4	13,1903 611	26,38072 2	10
7	Gula	2,0-15,0	24	26	25	104,8	113,4	109,1	109,1	104,8	113,4	109,1	0,5	2,4	2,6	2,5	5,90346 669	2,951733 3	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	120	95	110	55	43,6	50,4	49,7	36,7	29,1	33,6	5,0	13,8	11,5	12,9	2,68749 324	13,43746 6	13,4
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	190	210	200	54,2	59,8	57,1	57,0	54,2	59,8	57,1	0,0	0	0	0	3,08610 8	0	0
	JUMLAH					2.483,9 + 2.553,1 + 2.596,9/3 = 2.544,6 kkal			1848,1	105,6 + 108,8 + 110,7/3 = 108,4%				81,7 + 79,0 + 81,5 = 80,7					66,9

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	410	395	420	1.142,60	1.101,80	1.169,40	1137,9	172,8	166,7	177	0,5	24,8	24,5	25	39,5504837	19,775242	19,7
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	60	0	0	92,4	0	30,8	0	46,2	0	0,5	0	1,2	0	1,0704976	0,5352488	0,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	165	150	180	421,8	386,5	458,7	422,3	140,6	128,8	152,9	2,0	23,5	22,8	24	14,6787928	29,357586	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	65	60	70	587,4	542,6	631,8	587,3	195,8	180,9	210,6	0,5	5	4,8	5	20,4112842	10,205642	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	35	30	40	189,7	162,8	216,4	189,6	126,5	108,5	144,3	0,5	1,6	1,4	1,8	6,59097492	3,2954875	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	55	50	60	281,3	255,7	307,1	281,4	140,7	127,9	153,6	2,0	9,5	9	9,8	9,77929676	19,558594	10
7	Gula	2,0-15,0	32	28	35	139,6	122,4	153,8	138,6	139,6	122,4	153,8	0,5	2,8	2,5	3	4,81723918	2,4086196	2,4
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	90	0	110	41,2	0	49,8	30,3	27,5	0	33,2	5,0	8,4	0	9,2	1,05427794	5,2713897	5,2
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	210	190	230	59,8	52,6	64,3	58,9	59,8	52,6	64,3	0,0	0	0	0	2,04715287	0	0
	JUMLAH					2.863,4 + 2.716,8 + 3.051,3/3 = 2.877,2			2877,2	122,3 + 115,8 + 129,6/3 = 122,6%				75,6 + 66,2 + 77,8/3 = 73,2					67,8

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	320	300	340	1132,3	1120,5	1.080	1111,0	48	45		0,5	25	25	25	44,4815161	22,240758	22,2
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	80	40	0	120	80	66,7	0	6		0,5	0	4	0	2,66915788	1,3345789	1,4
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	180	160	170	360	320	340	340,0	18	16		2,0	25	25	25	13,6127052	27,22541	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	45	40	50	405	360	450	405,0	20,3	18		0,5	10	9	10	16,2151341	8,1075671	5

5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	0	25	130	0	160	96,7	6,5	0		0,5	4	0	5	3,87027 893	1,935139 5	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	60	70	55	240	280	220	246,7	12	14		2,0	12	13	11	9,87588 416	19,75176 8	10
7	Gula	2,0-15,0	20	25	15	80	100	60	80,0	4	5		0,5	5	5	4	3,20298 946	1,601494 7	1,7
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	150	200	100	95	155	85	111,7	3	2,3		5,0	8	8	8	4,47083 945	22,35419 7	24
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	40	35	45	40	35	45	40,0	2	1,8		0,0	0	0	0	1,60149 473	0	0
	JUMLAH					2.275 + 2.160 + 2.350/3 = 2.262 kkal			2497,7	113,8 + 108,1 + 117,6/3 = 113,2%				91,0 + 91,0 + 90,0/3 = 90,7					89,3

027

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	350	300	320	1.225	1.050	1.120	1131,7	55	47	50	0,5	24,5	22,5	25	48,0333 899	24,01669 5	24,7
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	20	50	0	16	40	0	18,7	3	8	0	0,5	3	8	0	0,79230 334	0,396151 7	0,4
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	150	140	160	300	280	320	300,0	18	16	19	2,0	21,6	19,2	22,8	12,7334 465	25,46689 3	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	38	32	35	342	288	315	315,0	15	13	14	0,5	12	10,4	11,2	13,3701 188	6,685059 4	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	15	0	10	90	0	60	50,0	4	0	3	0,5	2,8	0	2,1	2,12224 109	1,061120 5	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	50	60	55	250	300	275	275,0	10	12	11	2,0	10	12	11	11,6723 26	23,34465 2	10
7	Gula	2,0-15,0	25	28	30	100	112	120	110,7	6	7	7	0,5	6	7	7	4,69722 694	2,348613 5	2,4
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	150	100	150	120	80	120	106,7	7	10	5	5,0	10,5	15	7,5	4,52744 765	22,63723 8	22,6
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	30	40	45	40	50	55	48,3	5	6	6	0,0	0	0	0	2,05149 972	0	0
	JUMLAH					2.398 + 2.170 + 2.295/3 = 2.288 kkal			2356,0					90,4 + 94,1 + 86,6/3 = 90,3					90,1

028

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	450	470	460	1.255,50	1.311,30	1.283,40	1283,4	59,8	62,4	61,1	0,5	25	25	25	37,3624 454	18,68122 3	18,6
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	0	40	0	0	61,6	20,5	0	0	2,9	0,5	0	0	1	0,59776 807	0,298884	0,2
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	200	220	210	544	598,4	571,2	571,2	25,9	28,5	27,2	2,0	25	25	25	16,6288 21	33,25764 2	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	90	95	92	817,2	862,6	835,4	838,4	38,9	41,1	39,8	0,5	5	5	5	24,4075 691	12,20378 5	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0,5	0	0	0	0	0	0
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	40	45	40	204,8	230,4	204,8	213,3	9,8	11	9,8	2,0	6	6,5	6	6,21057 739	12,42115 5	10
7	Gula	2,0-15,0	70	75	72	305,5	327,5	316	316,3	14,6	15,6	15	0,5	3	3	3	9,20912 179	4,604560 9	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	60	80	70	26,4	35,2	30,8	30,8	1,3	1,7	1,5	5,0	6	7	6,5	0,89665 211	4,483260 6	4,4
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	520	550	540	156	165	162	161,0	7,4	7,9	7,7	0,0	0	0	0	4,68704 512	0	0
	JUMLAH					3.309,4 + 3.530,4 + 3.464,2/3 = 3.434,7 kkal			3435,0	157,7 + 168,2 + 165,0/3 = 163,6%				70,0 + 71,5 + 71,5/3 = 71,0					64,7

029

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	420	450	440	1.172	1.255,50	1.227,60	1218,2	55,8	59,8	58,5	0,5	25	25	25	30,3710475	15,185524	15,1
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	80	100	90	123,2	154	138,6	138,6	5,9	7,3	6,6	0,5	2	2,5	2,2	3,4553538	1,7276769	1,7
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	230	250	240	625,6	680	652,8	652,8	29,8	32,4	31,1	2,0	25	25	25	16,2745668	32,549134	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	75	85	80	681,8	772,8	727,2	727,3	32,5	36,8	34,6	0,5	5	5	5	18,1310508	9,0655254	5

5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	50	55	50	270	297	270	279,0	12,9	14,1	12,9	0,5	1,8	2	1,8	6,95558 233	3,477791 2	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	90	95	92	460,8	486,4	471	472,7	21,9	23,2	22,4	2,0	10	10	10	11,7854 323	23,57086 5	10
7	Gula	2,0-15,0	55	60	58	240,5	262	253,3	251,9	11,5	12,5	12,1	0,5	3	3	3	6,28079 943	3,140399 7	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	280	300	290	123,2	132	127,6	127,6	5,9	6,3	6,1	5,0	20	21	20,5	3,18111 938	15,90559 7	15,9
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	450	500	480	135	150	144	143,0	6,4	7,1	6,9	0,0	0	0	0	3,56504 758	0	0
	JUMLAH					3.831,7 + 4.1889,7 + 4.011,1/3 = 4.010,8 kkal			4011,2	182,6 + 199,5 +190,9/3 =191,0%				91,8 + 93,5 + 92,5/3 = 92,6					75,2

030

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	320	300	330	1.120	1.050	1.155	1108,3	56	52,5	57,8	0,5	23,5	22,5	24	59,5878 136	29,79390 7	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	80	0	0	95	0	31,7	0	4,8	0	0,5	0	4	0	1,70250 896	0,851254 5	0,8
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	95	90	100	190	180	200	190,0	9,5	9	10	2,0	18	17,5	18,5	10,2150 538	20,43010 8	20,4
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	22	25	23	200	225	210	211,7	10	11,3	10,5	0,5	9	9,5	9	11,3799 283	5,689964 2	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	20	0	0	120	0	40,0	0	6	0	0,5	0	4,5	0	2,15053 763	1,075268 8	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	40	30	35	160	120	140	140,0	8	6	7	2,0	9	8	8,5	7,52688 172	15,05376 3	10
7	Gula	2,0-15,0	15	10	15	60	40	60	53,3	3	2	3	0,5	4	3,5	4	2,86738 351	1,433691 8	1,4
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	90	70	100	45	35	50	43,3	2,3	1,8	2,5	5,0	7,5	6,5	8	2,32974 91	11,64874 6	11,6
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	250 ml	300 ml	200 ml	40	50	35	41,7	2	2,5	1,8	0,0	0	0	0	2,24014 337	0	0
	JUMLAH					1.815 + 1.915 + 1.850/3 = 1.860 kkal			1860,0	90,8 + 96,0 +92,6/3 =93,1				87,0 + 92,5 + 88,5/3 = 89,3					75,2

031

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	295	315	305	1130	1.410	1.370	1303,3	49	52,4	50	0,5	24,5	24	23,8	54,2829377	27,141469	27,1
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	60	40	0	48	32	26,7	0	2,3	0	0,5	0	2	1,6	1,11064834	0,5553242	0,7
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	165	175	170	330	350	340	340,0	15,7	16,7	17,6	2,0	18,8	19	18,9	14,1607663	28,321533	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	65	75	70	260	300	280	280,0	12,4	14,3	13,3	0,5	12,2	13,5	13	11,6618076	5,8309038	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	110	130	150	28	35	40	34,3	1,3	1,7	1,5	0,5	4,3	5	5,5	1,42995974	0,7149799	0,9
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	0	100	120	0	60	50	36,7	0	2,9	0	2,0	0	4,5	4	1,52714147	3,0542829	4
7	Gula	2,0-15,0	27	30	32	243	270	288	267,0	11,6	12,9	12,4	0,5	9,2	9,8	10	11,1203665	5,5601833	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	17	20	22	68	80	88	78,7	3,2	3,8	3,6	5,0	3,2	3,6	3,8	3,27641261	16,382063	21,5
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	30	35	38	30	35	38	34,3	1,4	1,7	1,7	0,0	0	0	0	1,42995974	0	0
	JUMLAH					1.989 + 2.278 + 2.226/3 = 2.164 kkal			2401.0	94,7 + 108,5 + 100,1/3 = 101.1%				85 + 92,4 + 91.6/3 = 89.7				85,7	

032

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	320	330	310	1200	1,155	1085	762,1	56	57,8	54,3	0,5	24,5	27,5	26	39,5312766	19,765638	19,7
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	80	60	50	96	72	60	76,0	4,8	3,6	3	0,5	4,5	0	3	3,94248468	1,9712423	2,4
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	120	130	125	240	260	250	250,0	12	13	12,5	2,0	19	16,8	18,6	12,9686996	25,937399	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	26	28	27	234	252	243	243,0	11,7	12,6	12,2	0,5	9,5	9,6	8,8	12,605576	6,302788	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	22	25	23	132	150	138	140,0	6,6	7,5	6,9	0,5	4,4	3,5	4,2	7,26247178	3,6312359	1

6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	50	48	180	200	192	190,7	9	10	9,6	2,0	9,5	7	8	9,89079 49	19,78159	10
7	Gula	2,0-15,0	15	16	15	60	64	60	61,3	3	3,2	3	0,5	4,6	3	2,5	3,18165 43	1,590827 2	2
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	120	150	140	120	150	140	136,7	6	7,5	7	5,0	9	3,8	2,3	7,08955 579	35,44777 9	30
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	35	38	36	56	60	88	68,0	2,8	3	2,9	0,0	0	0	0	3,52748 629	0	0
	JUMLAH					2,238 + 2.363 + 2,226/3 = 2.276 kkal			1927,7	111,9 + 118,2 + 111,4/3 = 113,8%				93,0 + 94,5 + 92,8/3 = 93,4					94,1

033

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	290	310	300	1015	1085	1050	1050,0	50,8	54,3	52,5	0,5	23,8	24,5	24	51,6393 443	25,81967 2	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	60	80	0	72	96	0	56,0	3,6	4,8	0	0,5	3	4	0	2,75409 836	1,377049 2	1,3
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	105	115	110	210	230	220	220,0	10,5	11,5	11	2,0	10	19	18,5	10,8196 721	21,63934 4	21,6
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	23	26	25	207	234	225	222,0	10,4	11,7	11,3	0,5	8,8	9,4	9,2	10,9180 328	5,459016 4	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	18	22	20	108	132	120	120,0	5,4	6,6	6	0,5	3,8	4,4	4	5,90163 934	2,950819 7	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	40	45	42	160	180	168	169,3	8	9	8,4	2,0	9	9,8	9,5	8,32786 885	16,65573 8	10
7	Gula	2,0-15,0	14	16	15	56	64	60	60,0	2,8	3,2	3	0,5	4,2	4,6	4,4	2,95081 967	1,475409 8	1,4
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	70	110	60	70	130	60	86,7	3,5	6,5	3	5,0	7,5	9	7	4,26229 508	21,31147 5	21,3
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	28	34	30	45	55	48	49,3	2,3	2,8	2,4	0,0	0	0	0	2,42622 951	0	0
	JUMLAH					1.943 + 2.206 + 1.051/3 = 2.033 kkal			2033,3	97,3 + 110,4 + 97,6/3 = 101,8%				86,6 + 93,7 + 85,2/3 = 88,5					86,6

034

RECALL HARI KE-1,2,3																			
----------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	300	320	310	1.050	1.120	1.085	1085,0	52,5	56	54,3	0,5	24	24,8	24,5	51,2033 978	25,60169 9	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	60	0	80	70	0	95	55,0	3,5	0	4,8	0,5	4	0	4,5	2,59556 395	1,297782	1,2
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	100	115	110	200	230	220	216,7	10	11,5	11	2,0	18,5	19,5	19	10,2249 489	20,44989 8	20,4
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	25	28	26	225	252	234	237,0	11,3	12,6	11,7	0,5	9	9,5	9,3	11,1845 21	5,592260 5	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	15	20	18	90	120	108	106,0	4,5	6	5,4	0,5	4	4,5	4,3	5,00235 96	2,501179 8	2,5
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	55	50	180	220	200	200,0	9	11	10	2,0	9	9,8	9,5	9,43841 435	18,87682 9	10
7	Gula	2,0-15,0	12	16	14	48	64	56	56,0	2,4	3,2	2,8	0,5	4	4,5	4,3	2,64275 602	1,321378	1,3
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	220	260	200	110	130	100	113,3	5,5	6,5	5	5,0	8,5	9,2	8	5,34843 48	26,74217 4	26,7
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	120	130	125	48	52	50	50,0	2,4	2,6	2,5	0,0	0	0	0	2,35960 359	0	0
	JUMLAH					2.021 + 2.218 + 2.148/3 =2.129 kkal			2119,0	101,1 + 109,4 +107,5/3 =106,0%				89,5 + 90,8 + 91,2/3 =90,5					92,1

035

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	340	360	350	1.190	1.260	1.225	1225,0	59,5	63	61,3	0,5	24,8	25	25	50,0749 421	25,03747 1	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	90	0	0	105	0	35,0	0	5,3	0	0,5	0	4,5	0	1,43071 263	0,715356 3	0,7
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	120	130	125	240	260	250	250,0	12	13	12,5	2,0	19	19,5	19,2	10,2193 759	20,43875 2	20,4
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	30	32	31	270	288	279	279,0	13,5	14,4	14	0,5	9,5	9,8	9,7	11,4048 235	5,702411 8	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	25	30	28	150	180	168	166,0	7,5	9	8,4	0,5	4,5	5	4,8	6,78566 562	3,392832 8	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	60	70	65	240	280	260	260,0	12	14	13	2,0	9,5	10	9,8	10,6281 51	21,25630 2	10

7	Gula	2,0-15,0	18	20	19	72	80	76	76,0	3,6	4	3,8	0,5	4,5	4,8	4,7	3,10669 028	1,553345 1	1,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	180	220	160	90	110	80	93,3	4,5	5,5	4	5,0	7,5	8,5	7	3,81523 368	19,07616 8	19
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	150	160	155	60	64	62	62,0	3	3,2	3,1	0,0	0	0	0	2,53440 523	0	0
	JUMLAH					2.312 + 2.627 + 2.400 /3 = 2.446 kkal			2446,3	115,6 + 131,4 + 120,1/3 = 122,4%				87,8 + 90,1 + 89,4/3 = 89,1					82,6

036

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0- 60,0	300	320	310	1050	1120	1085	1085,0	52,5	56	54,3	0,5	24	25	24,5	49,6189 024	24,80945 1	24,9
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	80	100	0	96	120	0	72,0	4,8	6	0	0,5	3,5	4,5	0	3,29268 293	1,646341 5	1,6
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	110	120	115	220	240	230	230,0	11	12	11,5	2,0	18,5	19,5	19	10,5182 927	21,03658 5	21,1
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	25	27	26	225	243	234	234,0	11,3	12,2	11,7	0,5	9	9,5	9,3	10,7012 195	5,350609 8	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	25	25	120	150	150	140,0	6	7,5	7,5	0,5	4	4,5	4,5	6,40243 902	3,201219 5	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	50	48	180	200	192	190,7	9	10	9,6	2,0	9,5	10	9,8	8,71951 22	17,43902 4	10
7	Gula	2,0-15,0	15	18	17	60	72	68	66,7	3	3,6	3,4	0,5	4,5	4,8	4,6	3,04878 049	1,524390 2	1,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	90	120	80	110	140	100	116,7	4,5	7	4	5,0	8,5	9,5	8	5,33536 585	26,67682 9	26,6
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	30	35	32	48	56	51	51,7	2,4	2,8	2,6	0,0	0	0	0	2,36280 488	0	0
	JUMLAH					2.089 + 2.341 + 2.090/3 = 2.173,3			2186,7	104,5 + 116,1 + 104,6/3 = 108,4%				89,5 + 96,3 + 88,5/3 = 91,4					91,7

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	380	400	390	1.330	1.400	1.365	1365,0	66,5	70	68,3	0,5	25	25	25	47,3082255	23,654113	23,8
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	100	120	0	120	145	0	88,3	6	7,3	0	0,5	4,5	5	0	3,06146026	1,5307301	1,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	140	150	145	280	300	290	290,0	14	15	14,5	2,0	19,5	20	19,8	10,0508318	20,101664	20,2
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	35	38	36	315	342	324	327,0	15,8	17,1	16,2	0,5	9,8	10	9,9	11,3331793	5,6665896	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	30	35	32	180	210	192	194,0	9	10,5	9,6	0,5	5	5	5	6,72365989	3,3618299	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	70	80	75	280	320	300	300,0	14	16	15	2,0	10	10	10	10,3974122	20,794824	10
7	Gula	2,0-15,0	22	24	23	88	96	92	92,0	4,4	4,8	4,6	0,5	4,8	5	4,9	3,18853974	1,5942699	1,6
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	250	300	220	165	190	110	155,0	6,3	7,5	5,5	5,0	9	9,5	8,5	5,3719963	26,859982	26,8
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	180	190	185	72	76	74	74,0	3,6	3,8	3,7	0,0	0	0	0	2,56469501	0	0
	JUMLAH					2.790 + 3.039 + 2.747/3 = 2.858.6			2885.3	139,6 + 152,0 + 137,4/3 = 143.0%				96,1 + 99,3 + 92,7/3 = 96.0				89,9	

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	300	310	305	1.050	1.085	1.068	1067,7	52,5	54,3	53,2	0,5	24	24,5	24,3	57,0131719	28,506586	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0,5	0	0	0	0	0	0
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	60	65	60	155	170	155	160,0	7,8	8,5	7,8	2,0	9,5	10	9,8	8,54396582	17,087932	17
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	30	35	32	270	315	288	291,0	13,5	15,8	14,4	0,5	7	7,5	7,3	15,5393378	7,7696689	5

5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0	0,5	0	0	0	0	0	0
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	0	0	0	0	0	0	0,0	0	0	0	2,0	0	0	0	0	0	0
7	Gula	2,0-15,0	55	60	58	220	240	232	230,7	11	12	11,6	0,5	3	3,2	3,1	12,3175 507	6,158775 4	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	80	90	85	30	35	35	33,3	1,5	1,8	1,7	5,0	3	3,5	3,3	1,77999 288	8,899964 4	8,8
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	40	40	40	90	90	90	90,0	4,5	4,5	4,5	0,0	0	0	0	4,80598 078	0	0
	JUMLAH					1.815 + 1.935 + 1.866/3 = 1.872 kkal			1872,7	90,8 + 96,8 + 93,3/3 = 93,6%				47,0 + 49,2 + 48,3/3 = 48,2					58,3

039

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	220	230	225	770	805	788	787,7	38,5	40,3	39,4	0,5	22	22,5	22,3	50,3087 077	25,15435 4	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	20	25	20	25	30	25	26,7	1,3	1,5	1,3	0,5	1,8	2	1,8	1,70321 482	0,851607 4	0,8
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	80	85	80	205	220	205	210,0	10,3	11	10,3	2,0	12,5	13	12,8	13,4128 167	26,82563 3	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	15	18	16	135	162	144	147,0	6,8	8,1	7,2	0,5	6	6,5	6,2	9,38897 168	4,694485 8	4,6
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	10	15	10	60	90	60	70,0	3	4,5	3	0,5	3	3,5	3	4,47093 89	2,235469 4	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	30	35	30	105	123	105	111,0	5,3	6,2	5,3	2,0	4,5	5	4,5	7,08963 168	14,17926 3	10
7	Gula	2,0-15,0	25	30	28	100	120	112	110,7	5	6	5,6	0,5	3,5	3,8	3,6	7,06834 149	3,534170 7	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	120	130	125	45	50	48	47,7	2,3	2,5	2,4	5,0	6	6,5	5,3	3,04449 649	15,22248 2	15,2
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	25	25	25	55	55	55	55,0	2,8	2,8	2,8	0,0	0	0	0	3,51288 056	0	0
	JUMLAH					1.500 + 1.655 + 1.542/3 = 1.566 kkal			1565,7	75,0 + 82,8 + 77,1/3 = 78,3%				59,8 + 63,3 + 61,0/3 = 61,4					83,1

040

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	300	310	320	1050	1085	1120	1085,0	52,5	54,3	56	0,5	23,5	24	24,5	54,0248963	27,012448	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	60	0	80	70	0	95	55,0	3,5	0	4,8	0,5	4	0	4,5	2,73858921	1,3692946	1,3
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	95	105	100	190	210	200	200,0	9,5	10,5	10	2,0	18	18,5	18,8	9,95850622	19,917012	19,9
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	22	24	25	198	216	225	213,0	9,9	10,8	11,3	0,5	8,5	9	9,2	10,6058091	5,3029046	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	15	20	18	90	120	108	106,0	4,5	6	5,4	0,5	4	4,5	4,3	5,2780083	2,6390041	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	40	50	45	160	200	180	180,0	8	10	9	2,0	8,5	9	9	8,9626556	17,925311	10
7	Gula	2,0-15,0	12	14	13	48	56	52	52,0	2,4	2,8	2,6	0,5	4	4,5	4,3	2,58921162	1,2946058	1,2
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	180	0	200	90	0	100	63,3	4,5	0	5	5,0	7,5	0	8,5	3,15352697	15,767635	15,7
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	130	140	135	52	56	54	54,0	2,6	2,8	2,7	0,0	0	0	0	2,68879668	0	0
	JUMLAH					1.948 + 1.943 + 2.134/3 = 2.008 kkal			2008.3	97,4 + 97,2 +106.8/3 = 100.5%				86,5 + 88,7 + 91.1/3 = 88.8					79,1

041

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	360	280	330	1.260	980	1.155	1131,7	63	49	57,8	0,5	25	21,3	24,4	48,2999004	24,14995	24,1
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	120	0	0	144	0	48,0	0	7,2	0	0,5	0	6,3	0	2,04865557	1,0243278	1
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	140	165	125	280	330	250	286,7	14	16,5	12,5	2,0	18,8	17,2	12,6	12,2350263	24,470053	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	34	30	42	306	270	378	318,0	15,3	13,5	18,9	0,5	9,6	9,4	12,7	13,5723431	6,7861716	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	25	18	0	150	108	86,0	0	7,5	5,4	0,5	0	4,6	3,2	3,6705079	1,8352539	1

6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	60	40	55	240	160	220	206,7	12	8	11	2,0	10	7	9,3	8,82060 037	17,64120 1	10
7	Gula	2,0-15,0	28	20	35	112	80	140	110,7	5,6	4	7	0,5	5	3,5	5,9	4,72328 923	2,361644 6	2,3
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	70	110	0	70	110	0	60,0	3,5	5,5	0	5,0	5	7,2	0	2,56081 946	12,80409 7	12,8
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	45	38	60	90	76	120	95,3	4,5	3,8	6	0,0	0	0	0	4,06885 759	0	0
	JUMLAH					$2.358 + 2.300 + 2.371/3 = 2.343$ kkal			2343,0	$117,9 + 115 + 118,5/3 = 117,1\%$				$82,4 + 92,6 + 80,8/3 = 85,3$					80,2

042

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	280	300	295	980	1050	1035	1021,7	49	52,5	51,8	0,5	23,8	24,5	24,3	#VALUE!	#VALUE!	18,1
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	80	100	90	95	120	110	108,3	4,8	6	5,5	0,5	4	4,5	4,3	#VALUE!	#VALUE!	1,2
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	95	110	90	190	220	210	206,7	9,5	11	10,5	2,0	18	19	18,8	#VALUE!	#VALUE!	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	24	26	25	216	234	225	225,0	10,8	11,7	11,3	0,5	8,8	9,3	9	#VALUE!	#VALUE!	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	25	22	120	150	132	134,0	6	7,5	6,6	0,5	4	4,5	4,3	#VALUE!	#VALUE!	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	40	50	45	160	200	180	180,0	8	10	9	2,0	8,5	9,5	9	#VALUE!	#VALUE!	10
7	Gula	2,0-15,0	14	16	15	56	64	60	60,0	2,8	3,2	3	0,5	4	4,5	4,3	#VALUE!	#VALUE!	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	200	250	230	100	125	115	113,3	5	6,3	5,8	5,0	8	9	8,8	#VALUE!	#VALUE!	13,1
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	110	120	115	44	48	46	46,0	2,2	2,4	2,3	0,0	0	0	0	#VALUE!	#VALUE!	0
	JUMLAH					$1.961 + 2.211 + 2113/3 = 2.095$ kkal				$98,1 + 110,6 + 105,7/3 = 104,8\%$				$87,1 + 93,6 + 91,3/3 = 90,7$				#VALUE!	74,9

043

RECALL HARI KE-1,2,3																			
----------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	360	380	370	1.260	1.330	1.295	1295,0	63	66,5	64,8	0,5	24,8	25	25	50,6961753	25,348088	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	80	0	100	95	0	120	71,7	4,8	0	6	0,5	4	0	4,5	2,80557984	1,4027899	1,4
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	120	130	125	240	260	250	250,0	12	13	12,5	2,0	19	19,5	19,2	9,78690642	19,573813	20
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	30	32	31	270	288	279	279,0	13,5	14,4	14	0,5	9,5	9,8	9,7	10,9221876	5,4610938	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	25	22	120	150	132	134,0	6	7,5	6,6	0,5	4	4,5	4,3	5,24578184	2,6228909	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	55	65	60	220	260	240	240,0	11	13	12	2,0	9	9,8	9,5	9,39543017	18,79086	10
7	Gula	2,0-15,0	18	20	19	72	80	76	76,0	3,6	4	3,8	0,5	4,5	5	4,8	2,97521955	1,4876098	1,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	160	140	180	120,2	158,3	149,8	142,8	4	3,5	4,5	5,0	7	6,5	7,5	5,58897603	27,94488	27,9
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	160	170	165	64	68	66	66,0	3,2	3,4	3,3	0,0	0	0	0	2,5837433	0	0
	JUMLAH					2,421 + 2,506 + 2,548/3 = 2,492 kkal			2554,4	121,1 + 125,3 + 127,5/3 = 124,6%				90,8 + 89,4 + 93,7/3 = 91,3					91,8

044

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	400	420	410	1.400	1.470	1.435	1435,0	70	73,5	71,8	0,5	25	25	25	52,238806	26,119403	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	0	80	0	0	95	31,7	0	0	4,8	0,5	0	0	4	1,15277272	0,5763864	0,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	135	145	140	270	290	280	280,0	13,5	14,5	14	2,0	19,5	19,8	19,6	10,1929378	20,385876	20,3
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	38	40	39	342	360	351	351,0	17,1	18	17,6	0,5	9,8	10	9,9	12,7775755	6,3887878	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	25	22	120	150	132	134,0	6	7,5	6,6	0,5	4	4,5	4,3	4,87804878	2,4390244	1

6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	65	70	68	260	280	272	270,7	13	14	13,6	2,0	9,5	10	9,8	9,85317 316	19,70634 6	10
7	Gula	2,0-15,0	28	30	29	112	120	116	116,0	5,6	6	5,8	0,5	5	5	5	4,22278 85	2,111394 2	2,1
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	90	110	80	45	55	40	46,7	2,3	2,8	2	5,0	4	5	3,5	1,69882 296	8,494114 8	8,4
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	200	210	205	80	84	82	82,0	4	4,2	4,1	0,0	0	0	0	2,98507 463	0	0
	JUMLAH					2.629 + 2.809 + 2.803/3 = 2.747 kkal			2747,0	131,5 + 140,5 + 140,3/3 = 137,4%				86,3 + 88,1 + 90,7/3 = 88,4					72,3

045

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0- 60,0	330	300	340	1.155	1.050	1.190	1131,7	55	50	56,7	0,5	26,9	23,9	28,4	51,3848 948	25,69244 7	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	50	0	0	40	0	13,3	0	1,9	0	0,5	0	1,8	0	0,60541 85	0,302709 2	0,3
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	170	160	180	340	320	360	340,0	16,2	15,2	17,1	2,0	19	17,5	19,1	15,4381 716	30,87634 3	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	32	30	34	288	270	306	288,0	13,7	12,9	14,6	0,5	10,7	9,8	11,7	13,0770 395	6,538519 8	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	10	0	0	60	0	20,0	0	2,9	0	0,5	0	2	0	0,90812 774	0,454063 9	0,4
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	60	70	65	240	280	260	260,0	11,4	13,3	12,4	2,0	11,2	12,8	11,5	11,8056 607	23,61132 1	10
7	Gula	2,0-15,0	22	20	25	88	80	100	89,3	4,2	3,8	4,8	0,5	4,1	3,6	4,4	4,05630 392	2,028152	2
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	0	120	0	0	60	0	20,0	0	2,9	0	5,0	0	4,1	0	0,90812 774	4,540638 7	4,5
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	40	35	45	40	35	45	40,0	1,9	1,7	2,1	0,0	0	0	0	1,81625 549	0	0
	JUMLAH					2.151 + 2.195 + 2.261/3 = 2.202 kkal			2202,3	102,4 + 104,6 + 107,7/3 = 104,9%				81,4 + 83,5 + 85,6/3 = 83,5					71,2

046

RECALL HARI KE-1,2,3																			
----------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	420	400	450	1.470	1.400	1.575	1481,7	70,1	66,7	75	0,5	25,2	24,3	25,1	49,7203 579	24,86017 9	24,8
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	30	0	40	24	0	32	18,7	1,1	0	1,5	0,5	0,8	0	1	0,62639 821	0,313199 1	0,3
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	200	220	210	400	440	420	420,0	19	21	20	2,0	16,4	18,3	16	14,0939 597	28,18791 9	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	45	50	48	405	450	432	429,0	19,3	21,4	20,6	0,5	11,1	12,5	11	14,3959 732	7,197986 6	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	15	25	120	90	150	120,0	5,7	4,3	7,1	0,5	2,9	2,2	3,3	4,02684 564	2,013422 8	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	70	60	75	280	240	300	273,3	13,3	11,4	14,3	2,0	9,6	8,3	9,6	9,17225 951	18,34451 9	10
7	Gula	2,0-15,0	35	40	38	140	160	152	150,7	6,7	7,6	7,2	0,5	4,8	5,6	4,8	5,05592 841	2,527964 2	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	60	80	50	30	40	25	31,7	1,4	1,9	1,2	5,0	1,5	2,1	1,2	1,06263 982	5,313199 1	5,3
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	50	60	55	50	60	55	55,0	2,4	2,9	2,6	0,0	0	0	0	1,84563 758	0	0
	JUMLAH					2.919 + 2.880 + 3.141/3 = 2.980 kkal			2980,0	139,0 + 137,2 + 149,5/3 = 141,9%				80,8 + 83,2 + 80,8/3 = 81,6					72,9

047

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	320	300	310	1,12	1.050	1.085	712,0	53,3	50	51,7	0,5	24,6	23,4	23	37,0460 552	18,52302 8	18,5
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	60	80	50	48	64	40	50,7	2,3	3	1,9	0,5	2,1	2,8	1,7	2,63608 805	1,318044	1,3
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	160	170	180	320	340	360	340,0	15,2	16,2	17,1	2,0	16,8	18,1	18,4	17,6895 382	35,37907 6	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	30	28	32	270	252	288	270,0	12,9	12	13,7	0,5	9,5	9	9,8	14,0475 745	7,023787 2	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	15	10	20	90	60	120	90,0	4,3	2,9	5,7	0,5	2,8	1,9	3,6	4,68252 482	2,341262 4	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	60	70	65	240	280	260	260,0	11,4	13,3	12,4	2,0	10,5	12,5	11	13,5272 939	27,05458 8	10

7	Gula	2,0-15,0	20	18	22	80	72	88	80,0	3,8	3,4	4,2	0,5	3,5	3,2	3,7	4,16224 428	2,081122 1	2
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	150	180	160	75	90	80	81,7	3,6	4,3	3,8	5,0	5	6	5,1	4,24895 77	21,24478 9	21,2
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	35	40	38	35	40	38	37,7	1,7	1,9	1,8	0,0	0	0	0	1,95972 335	0	0
	JUMLAH					2.278 + 2.248 + 2.359/3 = 2.295 kkal			1922,0	108,5 + 107 + 112,3/3 = 109,3%				82,3 + 85,9 + 84,3/3 = 84,2					83

048

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0- 60,0	380	390	385	1,330	1,365	1,348	1300,0	66,5	68,3	67,4	0,5	24,0	24,5	24,3	43,4298 441	21,71492 2	21,7
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	25	30	25	30	35	30	31,7	1,5	1,8	1,5	0,5	1,8	2,0	1,8	1,05790 646	0,528953 2	0,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	200	210	205	520	550	535	535,0	26,0	27,5	26,8	2,0	20,0	20,5	20,3	17,8730 512	35,74610 2	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	45	50	48	405	450	432	429,0	20,3	22,5	21,6	0,5	9,5	10,0	9,8	14,3318 486	7,165924 3	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	25	20	120	150	120	130,0	6,0	7,5	6,0	0,5	4,5	5,0	4,5	4,34298 441	2,171492 2	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	40	45	42	160	180	168	169,3	8,0	9,0	8,4	2,0	7,5	8,0	7,8	5,65701 559	11,31403 1	10
7	Gula	2,0-15,0	65	70	68	260	280	272	270,7	13,0	14,0	13,6	0,5	3,0	3,2	3,1	9,04231 626	4,521158 1	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	120	130	125	45	50	48	47,7	2,3	2,5	2,4	5,0	4,0	4,5	4,3	1,59242 762	7,962138 1	7,9
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	35	35	35	80	80	80	80,0	4,0	4,0	4,0	0,0	0	0	0	2,67260 579	0	0
	JUMLAH					2.950 + 3.090 + 3.033/3 = 3.024 kkal			2993,3	147,6 + 154,6 + 151,7/3 = 151,3%				74,7 + 77,1 + 76,3/3 = 76,0					72,6

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	370	360	380	1.295	1.621	1.457	1457,4	64,8	63	66,5	0,5	25	25	25	51,3211489	25,660574	25,6
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	80	100	60	95	120	70	95,0	4,8	6	3,5	0,5	4,5	5	4	3,34542381	1,6727119	1,8
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	145	150	140	290	300	280	290,0	14,5	15	14	2,0	19,,8	20	19,5	10,2123464	20,424693	22,2
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	38	40	36	340	360	325	341,7	17	18	16,3	0,5	10	10	10	12,0317874	6,0158937	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	25	20	120	150	120	130,0	6	7,5	6	0,5	4	5	4	4,57794837	2,2889742	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	40	50	180	160	200	180,0	9	8	10	2,0	9,5	9	10	6,33869775	12,677395	10
7	Gula	2,0-15,0	28	30	25	112	120	100	110,7	5,6	6	5	0,5	5	5	5	3,89712528	1,9485626	2,1
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	110	120	100	110	120	130	120,0	2,8	3	2,5	5,0	8,5	8,5	8	4,2257985	21,128992	22,4
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	450	500	420	110	130	105	115,0	5,5	6,5	5,3	0,0	0	0	0	4,04972356	0	0
	JUMLAH					2.597 + 2.660 + 2.580/3 = 2.612 kkal			2839,7	129,9 + 133,0 + 129,1/3 = 130,7%				93,3 + 96,5 + 93,5/3 =94,4					90,1

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	340	360	350	1.190	1.260	1.225	1225,0	59,5	63	61,3	0,5	24	24,5	24,2	55,9701493	27,985075	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	80	0	0	95	0	31,7	0	4,8	0	0,5	0	4	0	1,4468474	0,7234237	0,7
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	120	130	125	240	260	250	250,0	12	13	12,5	2,0	18,8	19,2	19	11,4224794	22,844959	22,8
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	32	35	33	288	315	297	300,0	14,4	15,8	14,9	0,5	9,2	9,5	9,3	13,7069753	6,8534877	5

5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	20	0	0	120	0	40,0	0	6	0	0,5	0	4	0	1,82759 671	0,913798 4	0,9
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	35	40	30	140	160	120	140,0	7	8	6	2,0	8,5	9	8	6,39658 849	12,79317 7	10
7	Gula	2,0-15,0	22	25	22	88	100	88	92,0	4,4	5	4,4	0,5	4,5	4,8	4,5	4,20347 243	2,101736 2	2,1
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	50	70	40	25	35	20	26,7	1,3	1,8	1	5,0	4	5,5	3,5	1,21839 781	6,091989	6
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	380	420	350	80	95	75	83,3	4	4,8	3,8	0,0	0	0	0	3,80749 315	0	0
	JUMLAH					2.051 + 2.440 + 2.075/3 = 2.189 kkal			2188,7	102,6 + 122,2 + 103,9/3 = 109,6%				75,5 + 87,5 + 74,5/3 = 79,2					72,5

051

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	310	330	320	1.085	1.155	1.120	1120,0	54,3	57,8	56	0,5	22,5	24	23	55,2813 425	27,64067 1	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	70	0	0	85	0	28,3	0	4,3	0	0,5	0	4	0	1,39848 634	0,699243 2	0,6
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	95	100	90	190	200	180	190,0	9,5	10	9	2,0	17,5	18,5	17	9,37808 49	18,75617	18,7
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	22	25	20	198	225	180	201,0	9,9	11,3	0	0,5	8,5	9,5	8	9,92102 665	4,960513 3	4,9
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	20	0	198	225	180	201,0	0	6	6	0,5	0	4,5	0	9,92102 665	4,960513 3	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	35	40	30	0	120	0	40,0	7	8	3	2,0	8,5	9	8	1,97433 366	3,948667 3	3,9
7	Gula	2,0-15,0	15	18	15	140	160	120	140,0	3	3,6	1,8	0,5	3,5	4	3,5	6,91016 782	3,455083 9	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	80	100	70	60	72	60	64,0	2	2,5	2,2	5,0	7	8,5	6,5	3,15893 386	15,79466 9	15,7
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	120	150	110	40	50	35	41,7	2,4	3	2,2	0,0	0	0	0	2,05659 756	0	0
	JUMLAH					1.761 + 2.127 + 1.739/3 =1.876 kkal			2026,0	88,1 + 106,5 + 87/3 = 93,9%				74,0 + 89,5 + 72,0/3 = 78,5					72,3

052

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	300	310	290	1.050	1.085	1.015	1050,0	52,5	54,3	50,8	0,5	24,5	24,8	24,3	47,937909	23,968954	23,9
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	100	120	90	120	145	105	123,3	6	7,3	5,3	0,5	4,5	4,8	4,3	5,63080201	2,815401	2,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	100	110	105	200	220	210	210,0	10	11	10,5	2,0	18,5	19	18,8	9,5875818	19,175164	19,1
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	25	27	26	225	243	234	234,0	11,3	12,2	11,7	0,5	9	9,3	9,2	10,6833054	5,3416527	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	25	30	20	150	180	120	150,0	7,5	9	6	0,5	4,5	4,8	4	6,84827271	3,4241364	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	50	40	180	200	160	180,0	9	10	8	2,0	9,5	9,8	9	8,21792726	16,435855	10
7	Gula	2,0-15,0	15	18	14	60	72	56	62,7	3	3,6	2,8	0,5	4,5	4,8	4,3	2,86105616	1,4305281	1,4
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	250	280	260	125	140	130	131,7	6,3	7	6,5	5,0	9	9,5	9,2	6,0112616	30,056308	30
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	120	130	115	48	52	46	48,7	2,4	2,6	2,3	0,0	0	0	0	2,22188404	0	0
	JUMLAH					2.158 + 2.337 + 2.076/3 = 2.190 kkal			2190.3	107,9 + 116,8 +103,8/3 =109.5%				91,5 + 95,8 + 91.4/3 =92.9					92,9

053

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	350	360	340	1.225	1.260	1.190	1225,0	61,3	63	59,5	0,5	24,5	24,8	24	53,9251651	26,962583	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	60	80	0	70	95	0	55,0	3,5	4,8	0	0,5	4	4,5	0	2,42112986	1,2105649	1,2
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	120	130	125	240	260	250	250,0	12	13	12,5	2,0	18,8	19,2	19	11,0051357	22,010271	22
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	32	35	33	288	315	297	300,0	14,4	15,8	14,9	0,5	9,2	9,5	9,3	13,2061629	6,6030814	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	25	0	120	150	0	90,0	6	7,5	0	0,5	4	4,5	0	3,96184886	1,9809244	1

6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	40	45	35	160	180	140	160,0	8	9	7	2,0	9	9,5	8,5	7,04328 687	14,08657 4	10
7	Gula	2,0-15,0	22	25	20	88	100	80	89,3	4,4	5	4	0,5	4,5	4,8	4,5	3,93250 183	1,966250 9	1,9
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	90	100	80	45	50	40	45,0	2,3	2,5	2	5,0	7,5	8	6,5	1,98092 443	9,904622 2	9,9
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	140	160	130	56	64	52	57,3	2,8	3,2	2,6	0,0	0	0	0	2,52384 446	0	0
	JUMLAH					2.292 + 2.474 + 2.049/3 = 2.272 kkal			2271,7	114,7 + 123,8 + 102,5/3 = 113,7%				88,5 + 92,3 + 78,3/3 = 86,4					76

054

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MA KS
1	Padi-padian	40,0-60,0	240	250	245	1213,2	875	890	992,7	42	43,8	42,9	0,5	24,5	25	24,8	46,0608 123	23,03040 6	23,2
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	40	45	40	50	55	50	51,7	2,5	2,8	2,5	0,5	4,5	4,8	4,5	2,39722 849	1,198614 2	1,2
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	120	125	120	310	325	310	315,0	15,5	16,3	15,5	2,0	19,5	20	19,8	14,6153 608	29,23072 2	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	18	20	18	162	180	162	168,0	8,1	9	8,1	0,5	7,8	8	7,8	7,79485 91	3,897429 6	4,1
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	25	20	120	150	120	130,0	6	7,5	6	0,5	6,5	7	6,5	6,03173 621	3,015868 1	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	55	60	55	195	210	195	200,0	9,8	10,5	9,8	2,0	10,5	11	10,5	9,27959 417	18,55918 8	10
7	Gula	2,0-15,0	35	40	38	140	160	152	150,7	7	8	7,6	0,5	4,8	5	4,9	6,99062 761	3,495313 8	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	220	190	225	109,2	85	112,4	102,2	4	4,3	4,2	5,0	10,5	11	10,8	4,74187 262	23,70936 3	23,7
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	20	20	20	45	45	45	45,0	2,3	2,3	2,3	0,0	0	0	0	2,08790 869	0	0
	JUMLAH		1.942 + 2.085 + 1.975/3 = 2.001 kkal						2155,3	97,1 + 104,3 + 98,8/3 = 100,1%				89,4 + 92,6 + 90,4/3 = 90,8					89,7

RECALL HARI KE-1,2,3																			
NO	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	380	360	400	1.330	1.260	1.400	1330,0	63,3	60	66,7	0,5	25,9	24,6	26,8	48,4900043	24,245002	24,7
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	80	0	0	64	0	21,3	0	3	0	0,5	0	2,4	0	0,77778453	0,3888923	0,3
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	190	200	210	380	400	420	400,0	18,1	19	20	2,0	19,5	19	19,8	14,5834599	29,16692	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	80	90	85	320	360	340	340,0	15,2	17,1	16,2	0,5	13	13,5	12,8	12,3959409	6,1979705	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	100	0	150	30	0	45	25,0	1,4	0	2,1	0,5	3	0	4	0,91146625	0,4557331	0,4
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	0	120	100	0	105,7	88,1	64,6	0	2,9	2,4	2,0	0	4,5	3,8	2,35522878	4,7104576	4,7
7	Gula	2,0-15,0	38	40	42	342	360	378	360,0	16,3	17,1	18	0,5	10,7	11	11,2	13,1251139	6,562557	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	100	30	132	156,8	120	178,9	151,9	5,3	5,7	6,1	5,0	4,5	4,8	5	5,53806891	27,690345	27,7
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	45	50	55	45	50	55	50,0	2,1	2,4	2,6	0,0	0	0	0	1,82293249	0	0
	JUMLAH					2.559 + 2.674 + 2.816/3 = 2.683 kkal			2742.8					88,6 + 92,3 + 96,2/3 = 92.4					89,3

RECALL HARI KE-1,2,3																			
NO	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	260	250	270	910	875	945	910,0	45,5	43,8	47,3	0,5	25	25	25	48,08031	24,040155	24
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	40	0	50	48	0	60	36,0	2,4	0	3	0,5	4	0	4	1,9020782	0,9510391	0,9
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	120	115	125	312	299	325	312,0	15,6	15	16,3	2,0	18	18	18	16,4846777	32,969355	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	22	20	24	198	180	216	198,0	9,9	9	10,8	0,5	5	5	5	10,4614301	5,230715	5

5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	20	0	0	120	0	40,0	0	6	0	0,5	4	4	0	2,11342 022	1,05671 01	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	30	35	32	156	182	166	168,0	7,8	9,1	8,3	2,0	5	5	5	8,87636 492	17,7527 3	10
7	Gula	2,0-15,0	22	24	23	88	96	92	92,0	4,4	4,8	4,6	0,5	2	2	2	4,86086 65	2,43043 33	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	220	180	240	79	65	86	76,7	4	3,3	4,3	5,0	24	28	28	4,05072 209	20,2536 1	20,2
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	25	25	25	60	60	60	60,0	3	3	3	0,0	0	0	0	3,17013 033	0	0
	JUMLAH						1.851 + 1.877 + 1.950 = 1.893 kkal		1892,7	92,6 + 93,9 + 97,5/3 = 94,7%						82 + 84 + 88/3 = 84,7			87,6

057

RECALL HARI KE-1,2,3																			
NO	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	350	370	360	1.225	1.295	1.260	1260,0	61,3	64,8	63	0,5	23	24	23,5	45,7627 119	22,8813 56	22,8
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	30	35	30	35	40	35	36,7	1,8	2	1,8	0,5	1,8	2	1,8	1,33171 913	0,66585 96	0,6
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	130	140	135	330	360	345	345,0	16,5	18	17,3	2,0	15	16	15,5	12,5302 663	25,0605 33	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	50	55	52	450	495	468	471,0	22,5	24,8	23,4	0,5	4	3,5	3,8	17,1065 375	8,55326 88	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	25	20	120	150	120	130,0	6	7,5	6	0,5	3	3,5	3,8	4,72154 964	2,36077 48	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	50	48	160	180	170	170,0	8	9	8,5	2,0	6	6,5	6,2	6,17433 414	12,3486 68	10
7	Gula	2,0-15,0	55	60	58	220	240	232	230,7	11	12	11,6	0,5	2	1,8	2	8,37772 397	4,18886 2	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	100	90	110	40	35	45	40,0	2	1,8	2,3	5,0	2,5	2,2	2,8	1,45278 45	7,26392 25	7,2
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	30	30	30	70	70	70	70,0	3,5	3,5	3,5	0,0	0	0	0	2,54237 288	0	0
	JUMLAH						2.650 + 2.835 + 2.745 = 2.743 kkal		2753,3	132,6 + 141,8 + 137,3 = 137,2%						57,8+60,0+59,1 =59,0			73,1

058

RECALL HARI KE-1,2,3																			
NO	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	260	270	265	910	945	928	927,7	45,5	47,3	46,4	0,5	21,5	22	21,8	47,9579 528	23,9789 76	23,9
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	25	30	25	30	35	30	31,7	1,5	1,8	1,5	0,5	1,8	2	1,8	1,63708 427	0,81854 21	0,8
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	110	115	112	285	300	292	292,3	14,3	15	14,6	2,0	13	13,5	13,2	15,1128 727	30,2257 45	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	22	24	23	198	216	207	207,0	9,9	10,8	10,4	0,5	8	8,5	8,3	10,7013 614	5,35068 07	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	15	15	10	90	90	60	80,0	4,5	4,5	3	0,5	3	3	2,5	4,13579 183	2,06789 59	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	40	45	42	140	160	150	150,0	7	8	7,6	2,0	6,5	7	6,8	7,75460 968	15,5092 19	10
7	Gula	2,0-15,0	35	40	38	140	160	152	150,7	7	8	7,6	0,5	3,5	3	3,3	7,78907 462	3,89453 73	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	140	130	145	50	45	55	50,0	2,5	2,3	2,8	5,0	5	4,5	5,2	2,58486 989	12,9243 49	12,9
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	20	20	20	45	45	45	45,0	2,3	2,3	2,3	0,0	0	0	0	2,32638 291	0	0
	JUMLAH					1.888 + 1.996 + 1.919 = 1.934 kkal			1934.3	94,4 + 99,8 + 96 = 96.7%				62,8 + 64,0 + 63.4 = 63.4					80,1

059

RECALL HARI KE-1,2,3																			
NO	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	240	250	245	840	875	858	857,7	42	43,8	42,9	0,5	21	21,5	21,2	47,3674 521	23,6837 26	23,6
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	20	25	20	25	30	25	26,7	1,3	1,5	1,3	0,5	1,2	1,5	1,2	1,47275 405	0,73637 7	0,7
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	85	90	88	215	230	222	222,3	10,8	11,5	11,1	2,0	9	9,5	9,2	12,2790 869	24,5581 74	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	30	28	32	270	252	288	270,0	13,5	12,6	14,4	0,5	6,5	6	6,8	14,9116 348	7,45581 74	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	15	15	10	90	90	60	80,0	4,5	4,5	3	0,5	2,5	2,5	2	4,41826 215	2,20913 11	1

6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	30	35	32	110	125	115	116,7	5,5	6,3	5,8	2,0	4,5	5	4,8	6,44329 897	12,8865 98	10
7	Gula	2,0-15,0	35	30	38	140	120	152	137,3	7	6	7,6	0,5	3,5	3	3,8	7,58468 336	3,79234 17	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	100	90	105	40	35	45	40,0	2	1,8	2,3	5,0	3	2,5	3,2	2,20913 108	11,0456 55	11
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	25	25	25	60	60	60	60,0	3	3	3	0,0	0	0	0	3,31369 661	0	0
	JUMLAH					1.790 + 1.817 + 1.825 = 1.811 kkal			1810,7	89,6 + 90,9 + 91,3 = 90,6%				51,7+51,0+52,7 = 51,8					77,8

060

RECALL HARI KE-1,2,3																			
NO	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	300	310	305	1.050	1.085	1.068	1067,7	52,5	54,3	53,4	0,5	23	23,5	23,3	44,3444 552	22,1722 28	22,1
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	50	55	50	65	70	65	66,7	3,3	3,5	3,3	0,5	3,5	3,8	3,5	2,76893 258	1,38446 63	1,3
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	150	155	150	390	400	390	393,3	19,5	20	19,5	2,0	17,5	18	17,8	16,3367 022	32,6734 04	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	25	28	26	225	252	234	237,0	11,03	12,6	11,7	0,5	7	7,5	7,3	9,84355 531	4,92177 77	4,9
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	25	30	25	150	180	150	160,0	7,5	9	7,5	0,5	5,5	6	5,5	6,64543 818	3,32271 91	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	60	65	60	210	228	210	216,0	10,5	11,4	10,5	2,0	9	9,5	9	8,97134 155	17,9426 83	10
7	Gula	2,0-15,0	30	35	32	120	140	128	129,3	6	7	6,4	0,5	4,5	4,8	4,6	5,37172 92	2,68586 46	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	250	260	255	90	95	93	92,7	4,5	4,8	4,7	5,0	9	9,5	9,3	3,84881 628	19,2440 81	19,2
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	20	20	20	45	45	45	45,0	2,3	2,3	2,3	0,0	0	0	0	1,86902 949	0	0
	JUMLAH					2.345 + 2.495 + 2.383/3 = 2.4098 kkal			2407,7	117,3 + 124,8 + 119,2/3 = 120,4%				79,5 + 82,6 + 80,8/3 = 81,0					85

061

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AK G 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	380	400	390	1.330	1.400	1.365	1365,0	66,5	70	68,3	0,5	25	25	25	51,1875	25,59375	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	0	120	0	0	145	0	48,3	0	7,3	0	0,5	0	4,5	0	1,8125	0,90625	0,9
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	140	150	145	280	300	290	290,0	14	15	14,5	2,0	19,5	20	19,8	10,875	21,75	21,7
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	40	45	42	360	405	380	381,7	18	20,3	19	0,5	10	10	10	14,3125	7,15625	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	0	30	20	0	180	120	100,0	0	9	6	0,5	0	5	4	3,75	1,875	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	50	40	180	200	160	180,0	9	10	8	2,0	9,5	10	9	6,75	13,5	10
7	Gula	2,0-15,0	30	35	30	120	140	120	126,7	6	7	6	0,5	5	5	5	4,75	2,375	2,3
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	90	120	80	45	60	40	48,3	2,3	3	2	5,0	7	8,5	6,5	1,8125	9,0625	9
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	500	600	450	120	150	110	126,7	6	7,5	5,5	0,0	0	0	0	4,75	0	0
	JUMLAH					2.435 + 2.980 + 2.585/3 =2.667 kkal			2666,7	121,8 +149,1 + 129,3/3 =133,4%				84,0 + 96,0 + 86,8					74,9

062

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AK G 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAK
1	Padi-padian	40,0-60,0	330	340	335	1,155	1,190	1,173	1200,0	57,8	59,5	58,7	0,5	22,5	23,0	22,8	43,2640308	21,632015	21,6
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	40	45	40	50	55	50	51,7	2,5	2,8	2,5	0,5	2,8	3,0	2,8	1,86275688	0,9313784	0,9
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	170	180	175	440	470	455	455,0	22,0	23,5	22,8	2,0	18,5	19,0	18,8	16,4042783	32,808557	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	35	38	36	315	342	324	327,0	15,8	17,1	16,2	0,5	8,5	9,0	8,8	11,7894484	5,8947242	5
5	Buah/Biji	0,0-3,0	30	35	30	180	210	180	190,0	9,0	10,5	9,0	0,5	6,0	6,5	6,0	6,85013	3,42506	1

	Berminyak																82	91	
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	65	70	68	230	255	245	243,3	11,5	12,8	12,3	2,0	9,5	10,0	9,8	8,77298 402	17,5459 68	10
7	Gula	2,0-15,0	40	45	42	160	180	168	169,3	8,0	9,0	8,4	0,5	4,0	4,2	4,1	6,10503 545	3,05251 77	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	220	230	225	80	85	82	82,3	4,0	4,3	4,1	5,0	7,5	8,0	7,8	2,96839 322	14,8419 66	14,8
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	25	25	25	55	55	55	55,0	2,8	2,8	3,8	0,0	0	0	0	1,98293 474	0	0
	JUMLAH					2.665 + 2.842 + 2.732/3 = 2.746 kkal			2773,7	133,3 + 142,1 + 136,6/3 = 137,3%				80,3 + 83,2 + 81,4/3 = 81,6					79,8

063

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAK
1	Padi-padian	40,0-60,0	310	300	320	1.085	1.050	1.120	1085,0	51,7	50	53,3	0,5	24,9	23,6	24,2	49,6340 348	24,8170 17	24,8
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	60	0	50	48	0	40	29,3	2,3	0	1,9	0,5	2,2	0	1,8	1,34187 252	0,67093 63	0,6
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	170	180	175	340	360	350	350,0	16,2	17,1	16,7	2,0	18,9	19,2	19	16,0109 79	32,0219 58	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	70	80	75	280	320	300	300,0	13,3	15,2	14,3	0,5	12,5	13,9	13	13,7236 962	6,86184 81	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	120	150	140	30	40	35	35,0	1,4	1,9	1,7	0,5	4,5	5,5	5	1,60109 79	0,80054 89	0,8
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	0	100	120	0	60	50	36,7	0	2,9	2,4	2,0	0	4,5	4	1,67734 065	3,35468 13	3,3
7	Gula	2,0-15,0	28	30	32	252	270	288	270,0	12	12,9	13,7	0,5	9,4	9,8	10,2	12,3513 266	6,17566 33	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	18	20	22	72	80	88	80,0	3,4	3,8	4,2	5,0	3,4	3,6	3,8	3,65965 233	18,2982 62	18,2
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	35	40	38	35	40	38	37,7	1,7	1,9	1,8	0,0	0	0	0	1,72308 631	0	0
	JUMLAH					2.142 + 2.220 + 2.309/3 = 2.224 kkal			2186,0	102 + 105,7 + 110/3 = 105,9%				88,8 + 91,1 + 91,5/3 = 90,5					79,2

064

RECALL HARI KE-1,2,3																			
N O	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AK G 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	280	300	290	782,6	837,6	810	810,1	37,3	39,9	38,6	0,5	23,5	24	23,8	33,4563 176	16,7281 59	16,7
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	60	80	70	92,4	123,2	107,8	107,8	4,4	5,9	5,1	0,5	2	2,5	2,2	4,45221 509	2,22610 75	2,2
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	140	150	145	381,2	408	394,6	394,6	18,2	19,4	18,8	2,0	24,5	25	24,8	16,2972 549	32,5945 1	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	35	40	38	317,7	363,2	344,9	341,9	15,1	17,3	16,4	0,5	5	5	5	14,1220 849	7,06104 24	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	25	30	28	135	162	151,2	149,4	6,4	7,7	7,2	0,5	1,5	1,8	1,7	6,17032 407	3,08516 2	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	45	50	48	230,4	256	245,8	244,1	11	12,2	11,7	2,0	9,5	10	9,8	10,0801 234	20,1602 47	10
7	Gula	2,0-15,0	25	30	28	108,9	130,8	121,9	120,5	15,2	6,2	5,8	0,5	2,8	3	2,9	4,97811 063	2,48905 53	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	350	380	360	154	167,2	158,4	159,9	7,3	8	7,5	5,0	20	21	20,5	6,60260 47	33,0130 23	30
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	300	320	310	90	96	93	93,0	4,3	4,6	4,4	0,0	0	0	0	3,84096 478	0	0
	JUMLAH					2.291,2 + 2.543,9 + 2.427,7/3 = 2.420,9 kkal			2421,3	109,2 +121,2 + 113,5/3 = 114,5%				88,8 + 92,3 + 90,7/3 = 90,6					91,4

065

RECALL HARI KE-1,2,3																			
NO	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AK G 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	300	320	310	1.050	1.120	1.085	1085,0	52,5	56	54,3	0,5	22	22,8	22,4	51,074847	25,537424	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	25	20	30	30	25	35	30,0	1,5	1,3	1,8	0,5	1,3	1	1,5	1,41220775	0,7061039	0,7
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	70	80	75	175	200	185	186,7	8,8	10.00	9,3	2,0	7	7,8	7,4	8,78707045	17,574141	17,5
4	Minyak dan	5,0-15,0	35	38	36	315	342	324	327,0	15,8	17,1	16,2	0,5	6	5,5	5,8	15,3930	7,69653	5

	Lemak																645	22	
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	15	10	15	90	60	90	80,0	4,5	3	4,5	0,5	2,5	2	2,5	3,76588 734	1,88294 37	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	35	40	38	125	145	135	135,0	6,3	7,3	6,8	2,0	4,8	5,2	5	6,35493 488	12,7098 7	10
7	Gula	2,0-15,0	45	50	48	180	200	192	190,7	9	10	9,6	0,5	3	2,5	2,8	8,97536 482	4,48768 24	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	80	70	85	30	25	35	30,0	1,5	1,3	1,8	5,0	2,2	1,8	2,4	1,41220 775	7,06103 88	7
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	25	25	25	60	60	60	60,0	3	3	3	0,0	0	0	0	2,82441 55	0	0
	JUMLAH						2.055 + 2.177 + 2.141 = 2.124		2124,3	102,7+ 108,9 + 107,1 = 106,2%						49,3+49,1+50,3 = 49,6			68,7

066

RECALL HARI KE-1,2,3																			
NO	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	220	240	230	770	840	805	805,0	38,5	42	40,3	0,5	19	20	19,5	53,1119 419	26,5559 71	25
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	30	25	35	35	30	40	35,0	1,8	1,5	2	0,5	1,5	1,2	1,8	2,30921 487	1,15460 74	1,1
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	60	70	65	150	175	160	161,7	7,5	8,8	8	2,0	6,5	7	6,8	10,6663 734	21,3327 47	21,3
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	20	22	21	180	198	189	189,0	9	9,9	9,5	0,5	7	7,5	7,3	12,4697 603	6,23488 01	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	10	10	10	60	60	60	60,0	3	3	3	0,5	2	2	2	3,95865 406	1,97932 7	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	25	30	28	90	110	100	100,0	4,5	5,5	5	2,0	4	4,5	4,3	6,59775 676	13,1955 14	10
7	Gula	2,0-15,0	20	25	22	80	100	90	90,0	4	5	4,5	0,5	3	3,5	3,2	5,93798 109	2,96899 05	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	70	60	75	25	20	30	25,0	1,3	1	1,5	5,0	2	1,5	2,2	1,64943 919	8,24719 6	8,2
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	20	20	20	50	50	50	50,0	2,5	2,5	2,5	0,0	0	0	0	3,29887 838	0	0
	JUMLAH						1.440+1.583+1.524/3 = 1.516 kkal		1515,7	72,1+79,2+76,2/3= 75,8%						45,5+47,7+47,4/3 =46,9			74,1

RECALL HARI KE-1,2,3																			
NO	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AK G 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	360	380	370	1.570,60	1330,7	1.459,90	1.453,7	43,3	45,6	44,4	0,5	24	24,5	24,2	41,6280091	20,814005	21
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	40	60	50	88,9	92,4	106,8	96,0	2,9	4,4	3,6	0,5	1,6	2,2	1,9	2,74993796	1,374969	1,5
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	170	180	175	456,4	483,6	469,8	469,9	21,7	22,9	22,4	2,0	24	24,5	24,2	13,4566558	26,913312	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	65	70	68	589	635	617,6	613,9	28	29,6	28,7	0,5	5	5	5	17,5782219	8,789111	5
5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	20	25	23	108	135	124,2	122,4	5,1	6,4	5,9	0,5	1,5	1,8	1,7	3,5049539	1,7524769	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	50	55	52	256	281,6	265,9	267,8	12,2	13,4	12,7	2,0	9	9,5	9,2	7,66947292	15,338946	10
7	Gula	2,0-15,0	40	45	43	174	196,2	187,8	186,0	8,3	9,3	8,9	0,5	2,5	2,8	2,6	5,32615543	2,6630777	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	210	230	250	128,7	178,4	216,1	174,4	6,7	7,4	7,1	5,0	21	22	21,5	4,9939866	24,969933	24,9
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	350	370	360	105	111	108	108,0	4,8	5	4,9	0,0	0	0	0	3,09260638	0	0
	JUMLAH					2.851,2 + 3.000,8 + 2.983,7/3 = 2.945,2 kkal			3.492,2	133,0 + 143,9 + 138,6/3 = 138,5%				88,6 + 92,3 + 90,3/3 = 90,4					89,9

RECALL HARI KE-1,2,3																			
NO	KELOMPOK PANGAN	%AKG (FAO RAPA)	GR 1	GR 2	GR 3	ENERGI 1	ENERGI 2	ENERGI 3	TOTAL ENERGI	%AKG 1	%AKG 2	%AKG 3	BOBOT	SKOR PPH 1	SKOR PPH 2	SKOR PPH 3		TOTAL	MAKS
1	Padi-padian	40,0-60,0	300	320	310	1.050	1.120	1.085	1085,0	52,5	56	54,3	0,5	22	22,8	22,4	44,2495922	22,124796	22,1
2	Umbi-umbian	0,0-8,0	40	45	40	50	55	50	51,7	2,5	2,8	2,5	0,5	2,8	3	2,8	2,10712344	1,0535617	1
3	Pangan Hewani	5,0-20,0	150	160	155	390	420	405	405,0	19,5	21	20,3	2,0	18	19	18,5	16,5171289	33,034258	24
4	Minyak dan Lemak	5,0-15,0	28	30	29	252	270	261	261,0	12,6	13,5	13,1	0,5	9,5	10	9,8	10,6443719	5,322186	5

5	Buah/Biji Berminyak	0,0-3,0	25	30	25	150	180	150	160,0	7,5	9	7,5	0,5	5,5	6	5,5	6,52528 548	3,26264 27	1
6	Kacang-kacangan	2,0-10,0	60	65	62	210	230	220	220,0	10,5	11,5	11	2,0	9,5	10	9,8	8,97226 754	17,9445 35	10
7	Gula	2,0-15,0	30	35	32	120	140	128	129,3	6	7	6,4	0,5	4	4,5	4,2	5,27460 576	2,63730 29	2,5
8	Sayur dan Buah	3,0-8,0	250	270	260	90	100	95	95,0	4,5	5	4,8	5,0	8,5	9	8,8	3,87438 825	19,3719 41	19,3
9	Aneka bumbu dan minuman	0,0-5,0	20	20	20	45	45	45	45,0	2,3	2,3	2,3	0,0	0	0	0	1,83523 654	0	0
	JUMLAH					2.357 + 2.560 + 2.439 = 2.452 kkal			2452,0	117,9 + 128,0 + 122,0 = 122,6%				80,3 + 83,8 + 82,3 = 82,1					84,9

Lampiran 10. Bukti Bimbingan Skripsi

BUKTI BIMBINGAN USULAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Vany Estika Uliarta Br Seragih
 NIM : P01031222182
 Judul : Hubungan Pola Makan *Grazing* dan Kualitas Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Swasta Mulia Pratama Medan.

N o	Tanggal	Topik Bimbingan	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	18 Februari 2025	Bertemu dengan dosen pembimbing dan mendapat pengarahannya		
2.	21 Februari 2025	Diskusi topik penelitian dan membahas jurnal yang menjadi acuan penelitian		
3.	25 Februari 2025	Diskusi judul penelitian yang diminati mahasiswa		
4.	28 Februari 2025	Membahas judul yang akan diambil untuk penelitian		
5.	06 Maret 2025	Diskusi kesesuaian judul dengan jurnal		
6.	18 Maret 2025	Diskusi bab I		
7.	23 Maret 2025	Revisi bab I		
8.	9 April 2025	Revisi bab I dan diskusi bab II		
9.	22 April 2025	Revisi bab II		
10.	08 Mei 2025	Revisi bab II dan bab III		
11.	15 Mei 2025	Revisi Proposal		

12	19 Mei 2025	Revisi Proposal		
13	22 Mei 2025	Persetujuan Proposal		
14	27 Mei 2025	Seminar Proposal		
15	5 Juni 2025	Revisi ke pembimbing		
16	06 Juni 2025	Revisi ke penguji 1		
17	08 Juni 2025	Revisi ke penguji 2		
18	23 Juni 2025	Jilid Proposal		
19	08 Desember 2025	Diskusi cara pengolahan data		
20	30 Januari 2026	Diskusi Bab 4 tentang Hasil dan Pembahasan		
21	04 Februari 2026	Revisi bab 4 dan penyusunan Bab 5		
22	06 Februari 2026	Revisi bab 4 dan 5		
23	10 Februari 2026	Revisi bab 1-5		
24	13 Februari 2026	Persetujuan Skripsi		
25	18 Mei 2026	Seminar Hasil		
26	23 Juni 2026	Revisi ke pembimbing		
27	24 Juni 2026	Pengurusan EC		
28	06 Juli 2026	Revisi ke penguji 1		
29	13 Juli 2026	Revisi ke penguji 2		
30	11 Agustus 2026	Abstrak		

31	12 Agustus 2026	Abstrak Bahasa Inggris	Uhu	MS
32	18 Agustus 2026	Turnitin	Uhu	MS
33	27 Agustus 2026	TTD Jilid Lux	Uhu	MS
34	Agustus 2026	Jilid Lux serta pengumpulan skripsi	Uhu	MS

Lampiran 11. Dokumentasi

Gambar 3. Sekolah SMP Swasta Mulia Peratama Medan



Gambar 4. Pengukuran Tinggi Badan



Gambar 5. Pengukuran Berat Badan



Gambar 6. Pengisian Kuisisioner Pola Makan Grazing



Gambar 7. Wawancara Food Recall



Gambar 8. Bersama dengan kepala sekolah, guru dan siswa/siswi

