

SILABUS

1. Identitas Mata Kuliah

Nama Mata Kuliah	: Dasar Boga
Nomor Kode	: BG 111
Jumlah SKS	: 2 (dua)
Semester	: 1 (Satu)
Kelompok Mata Kuliah	: Bidang Studi
Program Studi/Jenjang	: Pendidikan Tata Boga /S1
Status Mata Kuliah	: Mata Kuliah Bidang studi
Prasarat	: -.
Dosen Pengampu	: Dra. Atat Siti Nurani, Msi Cica Yulia, S.Pd, M.Si

2. Tujuan

Mahasiswa yang telah selesai mengikuti perkuliahan ini diharapkan mampu memahami tentang konsep konsep dasar boga, fungsi dan sumber zat makanan, kebutuhan dan kecukupan makanan bagi tubuh, penyusunan menu seimbang, makanan untuk berbagai anggota keluarga (bayi, balita, remaja, ibu hamil, ibu menyusui), Daftar komposisi bahan makanan (DKBM), menganalisa bahan makanan, menganalisa bahan penunjang.

3. Deskripsi Isi

Dalam perkuliahan ini dibahas tentang konsep dasar konsep dasar boga, fungsi dan sumber zat makanan, kebutuhan dan kecukupan makanan bagi tubuh, penyusunan menu seimbang, makanan untuk berbagai anggota keluarga (bayi, balita, remaja, ibu hamil, ibu menyusui), Daftar komposisi bahan makanan (DKBM), menganalisa bahan makanan, menganalisa bahan penunjang.

4. Pendekatan Pembelajaran

Klasikal, kelompok, individual

- Metode : ceramah, tanya jawab, diskusi, pemberian tugas dan praktek
- Tugas : menyusun menu untuk keluarga dan menganalisisnya sesuai dengan kebutuhan anggota keluarga , mengkaji permasalahan gizi di Indonesia
- Media : OHP dan LCD

5. Evaluasi

- kehadiran dan partisipasi dalam perkuliahan
- tugas harian
- praktikum
- penampilan makalah resume buku
- ujian praktikum
- Ujian tengah semester
- Ujian akhir semester

6. Rincian Pertemuan

- Silabus perkuliahan (Tujuan perkuliahan Dasar Boga, Ruang lingkup Dasar Boga, Prosedur perkuliahan, Penjelasan tentang tugas, Penjelasan tentang praktikum, Penjelasan tentang ujian, Buku sumber yang dipergunakan)
- Hakekat Dasar Boga (Pengertian, Hubungan makanan dan kesehatan, Manfaat makanan bagi kesehatan tubuh, Pemilihan bahan makanan, bumbu
- Zat makanan (karbohidrat, Protein, lemak)
- Zat makanan (Vitamin, Mineral, Air, selulosa)
- kebutuhan zat makanan bagi tubuh, kecukupan makanan bagi tubuh
- Menyusun menu untuk keluarga (pengertian menu seimbang, teknik menyusun menu sehat seimbang, faktor yang mempengaruhi menyusun menu seimbang, pemilihan bahan makanan
- Makanan untuk bayi dan balita (syarat makanan, pemilihan bahan, kebutuhannya
- Makanan untuk ibu hamil dan menyusui (syarat makanan untuk ibu hamil dan menyusui, kebutuhan makanan untuk ibu hamil dan menyusui
- Mampu mengerjakan soal UTS
- DKBM dan menganalisa bahan makanan
- praktek menganalisa bahan makanan, Menganalisa bahan peneruk
- Menjelaskan cara menutup meja makan untuk keluarga
- sistematika perencanaan praktikum untuk makan siang untuk anggota keluarga
- Praktek menyusun menu untuk keluarga dengan berbagai anggota sesuai dengan kebutuhan berdasarkan anjuran makan satu hari
- Presentasi makalah masalah rawan gizi dan masalah masalah gizi di Indonesia (mengkaji jurnal)
- UAS

7. Rujukan

a. Buku sumber utama

Almatsier. (2002). *Prinsip Dasar ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.;

Purwo Sudarmo. (1974). *Ilmu Gizi*. Jakarta : Dian Rakyat.;

Sukirman. (2000). *Gizi Seimbang*. Jakarta : FK Yarsi.;

b. Referensi :

Ahmad Djaeni. (2004). *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jakarta : Dian Rakyat.;

Ali komsan. (2002). *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta : Rajawali Sport.;

Kurniawan. (2002). *Gizi Seimbang*. Jakarta : FK Yarsi.;

Sardjo. (1999). *Prinsip-prinsip Ilmu Gizi*. Kanisius : Yogyakarta.

Tresnawati (1998). *Penilaian Status Gizi*. Bandung : SMF Ilmu Kesehatan anak FKUP/RSHS.;