

PEMBERIAN MAKAN PADA BALITA

1. Pemberian Makanan yang Baik dan Benar

Pemberian makan yang baik kepada anak adalah dengan memberikan makanan yang memenuhi kebutuhan zat gizi anaknya seperti:

a. Sumber tenaga: sumber tenaga bermanfaat untuk memberikan tubuh agar memiliki energy atau tenaga sehingga dapat melakukan kegiatan sehari-hari.

b. Sumber zat pembangun

Sumber zat pembangun adalah protein yang bermanfaat untuk pertumbuhan, memelihara tubuh, untuk melawan penyakit.

c. Sumber zat pengatur

Sumber zat pengatur adalah vitamin yang berfungsi untuk mengatur organ tubuh

2. Pola Pemberian Makan Bayi dan Balita

Usia (bulan)	ASI	BENTUK MAKANAN		
		Makanan Lumat	Makanan Lembik	Makanan Keluarga
0—6				

6—8				
9—11				
12—23				
24—59				