HALAMAN JUDUL

Penganekaragaman Pangan untuk Mempertahankan Kesehatan di Masa Pandemi

HALAMAN HAK CIPTA

PERSEMBAHAN

UCAPAN TERIMA KASIH

SAMBUTAN

KATA PENGANTAR

PRAKATA

SINGKATAN

DAFTAR ISI

BAB I Makro Nutrisi dan Mikro Nutrisi

1. Pengertian Nutrisi
2. Makro Nutrisi
3. Mikro Nutrisi

BAB II Angka Kecukupan Gizi (AKG)

1. AKG Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin
2. Kebutuhan AKG
3. Menghitung Kebutuhan AKG

BAB III Penganekaragaman Pangan

1. Dasar Hukum
2. Konsep Isi Piringku Kementerian Kesehatan RI
3. Sumber Pangan Alternatif

INDEKS

GLOSARIUM

DAFTAR PUSTAKA

TENTANG PENULIS