

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sejarah kuliner Indonesia mencerminkan perjalanan panjang, dipengaruhi oleh berbagai budaya, peradaban, dan interaksi sosial yang membentuk keunikan masakan. Berdasarkan sumber sejarah kontribusi kuliner Indonesia dalam berbagai masakan, antara abad ke-14 dan ke-15. Berbagai rasa dari negara-negara seperti India, Arab, dan Tiongkok telah memberikan pengaruh signifikan terhadap kuliner Indonesia. Keberagaman ini semakin meningkat ketika bangsa Eropa mulai memasuki wilayah Indonesia, memberikan pengaruh dari abad ke-16 sampai saat abad ke-20. Perubahan ini ditandai dengan masuknya berbagai jenis masakan baru dari Eropa dan Amerika. Pertukaran budaya kuliner ini dimulai dengan penerbitan buku resep masakan Indonesia, yang memperkenalkan masakan Indonesia kepada bangsa Eropa. Rentang waktu yang panjang ini menjadi faktor penting dalam perkembangan kuliner Indonesia, dari era kolonial hingga era kemerdekaan. (Rahman, 2018)

Indonesia memiliki kekayaan kuliner yang sangat beragam, mencakup berbagai daerah seperti Sumatra, Kalimantan, Jawa, Bali, Nusa Tenggara, dan Maluku. Wilayah yang dikenal dengan kulinernya adalah pulau Jawa. Pulau ini dilintasi oleh garis khatulistiwa, memiliki iklim tropis, dan terletak di posisi yang strategis. Dikelilingi oleh deretan gunung berapi, Pulau Jawa memiliki tanah yang subur, yang berkontribusi pada keragaman dalam bidang pertanian. Hal ini

berdampak positif terhadap ketersediaan bahan pokok rempah-rempah yang menjadi komponen utama dalam masakan. Sragen adalah salah satu kota di Jawa Tengah yang memiliki makanan yang menarik dan tidak kalah dengan kota-kota sekitarnya . (Ridzki1, 2023)

Sragen merupakan salah satu kabupaten yang terletak di Jawa Tengah sekitar 30 km di timur kota Sukarta. Kabupaten ini berbatasan dengan grobogan di utara, Ngawi di timur, Karanganyar di selatan, dan Boyolali di barat. Secara geografis, Sragen terletak di lembah aliran sugai Bengawan Solo ke arah timur. Di bagian utara, wilayah ini terletak dari perbukitan merupakan dari pegunungan kendeng, sementara di selatan terdapat pegunungan berasal dari gunung lawu. (Pertiwi, 2021)

Sragen kaya akan beragam makanan tradisional. Makanan tradisional, yang juga dikenal sebagai kuliner lokal, merupakan ciri khas salah satu kelompok masyarakat. Setiap daerah di Indonesia, termasuk Sragen, memiliki kuliner yang unik yang membedakannya dari daerah lainnya. Warisan budaya Indonesia adalah makanan lokal khas daerah yang telah ada sejak lama dan terus dilestarikan. Resep-resepnya diwariskan secara turun temurun dari generasi ke generasi, dengan cara memasak yang tetap mempertahankan tradisi lama meskipun ada beberapa modifikasi. Bahan utama dan metode memasaknya yang tetap konsisten. (Tyas, 2017)

Pangan lokal merupakan produk pangan yang dihasilkan dari suatu daerah, produk pangan yang dihasilkan dari suatu daerah, produk tersebut merupakan produk yang telah lama kemudian dihasilkan dari suatu daerah, produk tersebut

merupakan produk yang telah lama ada kemudian diproduksi, dikembangkan untuk dikonsumsi oleh masyarakat yang ada di daerah tersebut. (BPK.RI, 2012) Kuliner khas Kota Sragen yang dikenal diantaranya Botok Mercon, Sego Jagung, Trancam, dan Soto Girin. Kuliner tersebut sering kali dicari dan direkomendasikan oleh masyarakat dan wisatawan saat berkunjung Kota Sragen. Masakan Khas Sragen menggunakan bahan-bahan yang bervariasi dan bumbu rempah yang bercitarasa khas Jawa Tengah. Cita rasa masakan Sragen memiliki cita rasa yang khas tersendiri, tetapi karena berada diantara Jawa Tengah dan Jawa Timur . Sragen memiliki makanan khas yang dapat dikembangkan khususnya dari bahan lokal yang mencerminkan budaya lokal serta terdapat identitas gastronomi daerah. (PK.P & Nurhasan, 2020)..

Dalam kesempatan ini, penulis memilih masakan dari daerah Sragen Jawa Tengah, untuk Tugas Akhir ini. Sajian ini akan disajikan dalam bentuk *Food Presentasi* dengan konsep *Fine Dining*. Judul Tugas Akhir yang di ajukan adalah “Pengembangan Hidangan Kuliner Kabupaten Sragen Jawa Tengah” makanan khas Sragen yang akan disajikan meliputi Soto Girin, Botok Mercon, Sego Jagung, Trancam Mlanding, dan Kerupuk Gendar. Menu ini akan dikembangkan sebagai inovasi baru untuk menikmati makanan Tradisional yang sehat, dengan menggunakan bahan pangan lokal yang perlu di lestarikan. Penulis memiliki Narasumber yaitu, Ibu Yati pemilik rumah makan khas Sragen dan Ibu Mar selaku pemilik Warung Nasi Khas Sragen, yang merupakan warga lokal.

1.2 Tujuan Penulisan

1.2.1 Tujuan Formal

Tujuan Formal dari penelitian tugas akhir yang di susun oleh penulis ini adalah sebagai syarat sesuai pedoman untuk menyelesaikan studi di Program Diploma III, Program Studi Seni Kuliner, Jurusan Hopitaliti di Politeknik Pariwisata NHI Bandung.

1.2.2 Tujuan Operasional

- a. Sebagai sarana menguji kemampuan penulis dalam upaya mengembangkan sajian kuliner daerah Sragen baik dari segi teknik memasak dan penyajian dengan konsep sajian *fine dining*.
- b. Menghadirkan hidangan yang berbeda melalui presentasi yang mewah dan elegan, sekaligus menetapkan harga yang wajar dan memperhatikan nilai gizi yang terkandung dalam hidangan khas Sragen yang akan di sajikan.

1.2.3 Tujuan Bisnis

- a. Meningkatkan daya saing industri kuliner, dengan mengembangkan hidangan khas Sragen secara inovatif dan kreatif, bisnis ini dapat bersaing di pasar kuliner yang lebih luas.
- b. Menciptakan identitas bisnis yang khas dengan inovasi rasa atau penyajian yang unik, guna membedakan produk dari pesaing dan mencerminkan kebanggaan atas kreativitas serta hasil kerja keras.

1.3 Usulan Produk Makanan

Penulis mengangkat masakan Khas Sragen dalam konsep *Fine Dining* dengan *2-Course* yang terdiri dari Main Course dan Soup. Menu yang penulis pilih berdasarkan dari berbagai referensi serta hasil Wawancara dengan Narasumber yang telah ditemui. Rangkaian menu yang akan disajikan oleh penulis antara lain sebagai berikut:

1.3.1 Rangkaian menu

Soto Girin

(Soto kuah kuning dengan Daging Sapi yang dibentuk Mosaic yang direbus,
Kecambah , *pearl* Tomat, dan Minyak Daun bawang)

Botok Mercon

(Daging ayam bumbu pedas yang digulung dan diisi oleh tahu telur, disajikan dengan Saus Mercon, Kroket Sego Jagung, Trancam Mlanding, Dan Daun Bawang *Crispy*

1.4 Tinjauan Produk

1.4.1 Tema Produk Makanan

Tema yang diusung dalam Tugas Akhir ini adalah mengenai menu konsep *Fine Dining* yang diterapkan pada masakan khas dari Kota Sragen. *Fine Dining* adalah konsep restoran yang menghadirkan suasana mewah dan pelayanan yang berkualitas tinggi. Restaurant *fine Dining* ini menyajikan hidangan dengan harga yang cenderung tinggi. *Fine dining* salah satu tren kuliner yang berkembang pada saat ini. (Tambunan, 2020) Maka dari itu Tema yang akan diangkat dalam Tugas Akhir ini sajian menu *Fine Dining* di Kota Sragen. Penulis akan menyajikan rangkaian makanan dengan penyajian secara elegan dan mewah. Penjelasan mengenai sajian menu khas Kota Sragen, sebagai berikut:

a. Soto Girin

Soto Girin merupakan hidangan khas Sragen, yang merupakan soto kuah kuning yang memiliki rasa segar dan gurih. Memiliki aroma rempah yang kuat dan daging yang di masak dengan sangat empuk hingga bumbu meresap kedalam. Soto Girin memiliki keunikan tersendiri dari hidangan ini. (Kemenparegraf., 2023)

Penulis akan mengembangkan Soto Girin dengan mengubah bentuk daging menjadi mosaic, dan menggantikan kondimen daun bawang *fresh* menjadi minyak daun bawang. Penulis berencana memperkenalkan Soto Girin sebagai hidangan yang unik, tetapi tetap mempertahankan rasa asli Jawa.

Gambar 1.2 Sketsa Soto Girin



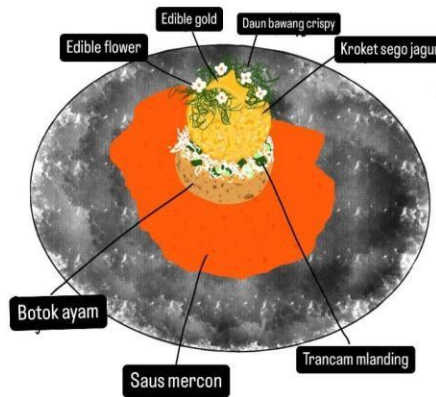
(Sumber: Olahan Penulis, 2024)

b. Botok mercon

Botok mercon adalah salah satu makanan khas Jawa yang berisi Ikan atau ayam yang di masak dengan rempah-rempah, cabai dan santan. Yang dikenal dengan rasa pedas. Proses memasaknya dikukus dengan dibungkus daun pisang, memiliki aroma harum yang khas. (jatengprov.go.id, n.d.)

Penulis akan mengembangkan Botok Mercon dengan menggunakan Ayam sebagai bahan utama, Ayam akan di roll dan di isi dengan daging ayam halus yang sudah di campur dengan rempah pedas. Disajikan dengan saus mercon yang pedas gurih. Menggunakan Nasi Jagung dan kentang sebagai karbohidrat pengganti Nasi putih, diolah menjadi kroket yang di goreng. Trancam mlanding yang di gulung dengan kubis, sebagai side dish. Adapula penambahan daun bawang crispy.

Gambar 1.2 Sketsa Botok Mercon



(Sumber: Hasil Olahan Penulis, 2024)

1.4.2 Tema Produk Makanan

Resep adalah sebuah panduan yang memberikan petunjuk terperinci, tentang cara memasak dan menyiapkan hidangan, serta bahan-bahan yang dibutuhkan. Menggunakan teknik-teknik apa saja yang akan di gunakan. (Chynd, 2020) Penulis mendapatkan referensi dari berbagai sumber, termasuk Narasumber, Buku dan Internet. Selain itu, penulis juga memanfaatkan semua pengetahuan yang di peroleh selama pendidikan di Politeknik Pariwisata NHI Bandung. Berikut adalah Resep untuk hidangan yang akan di siapkan:

Tabel 1.1
Usulan resep Soto Girin

Tanggal : September 2024
 Jenis hidangan : Soto
 Asal daerah : Kabupaten Sragen

Jumlah porsi : 2 Porsi
Berat/ porsi : 150 ml/ Porsi
Suhu penyajian : Panas

[illegible]

(Sumber: Ibu Yati, Chef Majik, 2024 setelah penyesuaian yang telah dilakukan oleh penulis, 2024)

Tabel 1.2
Usulan resep Soto Girin

Tanggal : September 2024

Jumlah porsi : 2 Porsi

Jenis hidangan : *Soup*

Berat/ porsi : 150 ml/ Porsi

Asal daerah : Kabupaten Sragen

Suhu penyajian : Panas

No	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
2	Haluskan		Bawang putih Bawang merah Kunyt Kemii Ketumbar Jahe Ebi	Haluskan menggunakan blender hingga benar-benar halus
3	Tumis		Bumbu kuning Daun salam Sereh Daun jeruk Lengkuas	Hingga harum dan benar- benar matang
4	Masakan		Beef stock Bumbu kuning Daging <i>rump</i> Serai Daun salam	Simmer hingga boil dan matang
5	<i>Coating</i>		Daging <i>tenderloin</i> Bubuk charcoal Ketumbar	Hingga merata
6	Gulung		Daging <i>tenderloin</i>	5 potong lalu gulung menjadi satu berbentuk bulat
7	Saring		Kuah soto	Hingga <i>clear</i>
8	Haluskan		Daun bawang Minyak	Hingga halus
9	Masak		Minyak daun bawang	Hingga matang
10	Saring		Minyak daun bawang	
12	Haluskan		Tomat Garam Lemon <i>juice</i>	Menggunakan blender hingga halus
13	Saring		Jus tomat	
14	Masak		Jus tomat Agar-agar	Hingga boil
15	Teteskan		<i>Liquid</i> tomat Minyak dingin	Hingga berbentuk

(Sumber: Ibu Yati, Chef Majik, 2024 setelah penyesuaian yang telah dilakukan oleh penulis, 2024)

Tabel 1.3
Usulan resep Soto Girin

Tanggal : September 2024	Jumlah porsi : 2 Porsi
Jenis hidangan : <i>Soup</i>	Berat/ porsi : 150 ml/ Porsi
Asal daerah : Kabupaten Sragen	Suhu penyajian : Panas

No	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
16	Kukus		Daging tenderloin	Selama 10 menit
17	Seasoning		Kuah soto	
18	Blanch		Sayuran	
19	Potong		Daging tenderloin	Menjadi 2 bagian
21	Platting		Soto girin	
22	Sajikan			

(Sumber: Ibu Yati, 2024 setelah penyesuaian yang telah dilakukan oleh penulis, 2024)

Tabel 1.4
Usulan resep Botok Mercon

Tanggal	: September 2024	Jumlah porsi	: 2 Porsi
Jenis hidangan	: <i>Main Dish</i>	Berat/ porsi	: 155gr/ Porsi
Asal daerah	: Kabupaten Sragen	Suhu penyajian	: Panas

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
1	Pesiapan	100 gr 100 gr 50 gr 1/2 butir 10 gr 10 gr 10 gr 10 Gr 10 gr 2 gr 10 gr 2 gr 4 gr 2 gr 1 gr	Dada ayam Paha ayam Tahu Telur Bawang merah Bawang putih Kemiri Cabe merah Cabe rawit Daun salam Sereh Daun jeruk Garam Gula Merica putih	Cincang halus Cingcang halus Haluskan Sangrai
2	Haluskan	Bawang merah Bawang putih Kerimi Cabe rawit		Menggunakan <i>Blender</i> hingga halus
3	Tumis	Bumbu merah Daun salam Sereh Daun jeruk Garam Gula Merica		Hingga matang dan harum
4	Campurkan	Bumbu merah Dada ayam Paha ayam Santan		Hingga merata
5	Masukkan	Adonan ayam		<i>Piping bag</i>
6	Campurkan	Tahu Telur Garam Merica		Hingga merata dan adonan memiliki tekstur yang padat
7	Oleskan	Adonan ayam		Diatas plastik wrap hingga merata berbentuk kotak

(Sumber: Ibu Yati 2024 setelah penyesuaian yang telah dilakukan oleh penulis, 2024)

Tabel 1.5
Usulan resep Botok Mercon

Tanggal : September 2024	Jumlah porsi : 2 Porsi
Jenis hidangan : <i>Main Dish</i>	Berat/ porsi : 155gr/ Porsi
Asal daerah : Kabupaten Sragen	Suhu penyajian : Panas

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
7	Isi	Adonan tahu		Diatas adonan ayam isi dengan adonan tahu
8	Gulung	Adonan ayam dan tahu		Gulung menjadi bulat dan bungkus dengan plastik wrap
7	Kukus			Kukus selama kurang lebih 30 menit
8	Resting	Botok ayam		Di atas <i>cooling wire</i>
	<i>Stir fry</i>	Botok ayam		Hingga warnanya kecoklatan
9	Sajian	Botok ayam		

(Sumber: Ibu Yati 2024, setelah penyesuaian yang telah dilakukan oleh penulis, 2024)

Tabel 1.6
Usulan resep Saus Mercon

Tanggal	: September 2024	Jumlah porsi	: 2 Porsi
Jenis hidangan	: <i>Sauce</i>	Berat/ porsi	: 30gr/ porsi
Asal daerah	: Kabupaten Sragen	Suhu penyajian	: Panas

NO	METODE	JUMALH	BAHAN	KETERANGAN
1	Pesiapan	5 gr 5 gr 10 gr 10 gr 5 gr 5 gr 15 ml 3 gr 1 gr 10 gr 10 ml 5 gr 100 ml	Bawang merah Bawang putih Cabe rawit Cabe keriting Cabe merah Kemiri Santan Garam Gula Merica putih Minyak sayur Maizena Air	
2	Blender	Bawang merah Bawang putih Cabe rawit Cabe keriting Cabe merah Kemiri		Menggunakan blender hingga sangat halus
3	Masak	Bumbu merah Air		Hingga benar-benar matang
4	Masukan	Santan		Hingga matang
5	Seasoning	Gula Garam Merica		
6	Larutkan	Maizena Air		
7	Masukan	Maizena Sambal mercon		Hingga kental
5	Sajikan			

(Sumber: Olahan Penulis, 2024)

Tabel 1.7
Usulan resep Kroket Sego Jagung

Tanggal : September 2024	Jumlah porsi : 2 Porsi
Jenis hidangan : <i>Side Dish</i>	Berat/ porsi : 50 gr/ Porsi
Asal daerah : Kabupaten Sragen	Suhu penyajian : Panas

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
1	Pesiapan	50 gr 20 gr 5 gr 1 butir 30 gr 100 ml 100ml	Beras Jagung Kentang Garam Telur Tepung roti Minyak Air	
2	Masak	Beras Jagung Air		Magicom
3	Kukus	Kentang		Hingga matang
4	Haluskan	Kentang kukus		Menggunakan sieve lalu sisihkan ke dalam bowl
5	Campur	Kentang kukus Nasi jagung Garam		Hingga rata dan kalis
6	<i>Coating</i>	Bola Nasi Jagung Telur Tepung roti		
7	Goreng	Bola Nasi Jagung		Menggunakan minyak panas
8	Tiriskan	Bola Nasi Jagung		
9	Sajikan			

(Sumber: Chef Jean-Pierre, 2023 setelah penyesuaian yang telah dilakukan oleh penulis, 2024)

Tabel 1.8
Usulan resep Trancam Mlanding

Tanggal : September 2024

Jumlah porsi : 2 Porsi

Jenis hidangan : *Side Dish*

Berat/ porsi : 45 gr/ Porsi

Asal daerah : Kabupaten Sragen

Suhu penyajian : Panas

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
1	Pesiapan	10 Gr 6 gr 10 gr 10 gr 10 gr 15 gr 2 gr 5 gr 5 gr 2 gr 2 gr 2 gr	Mlanding Tauge Terong bulat Kacang panjang Timun Kelapa parut Bumbu halus Kencur Cabai rawit Bawang putih Terasi Garam Gula	Potong <i>Dise</i> Slice tipis Potong <i>Dise</i>
2	Haluskan	Kencur Cabai rawit Bawang putih Terasi Garam Gula		Menggunakan <i>blender</i> hingga halus
3	Tumis	Bumbu halus		Hingga matang
4	Kukus	Kelapa		Hingga matang
5	Campurkan	Bumbu kelapa Mlanding Tauge Terong bulat Kacang panjang Timun		Hingga merata
6	Seasoning	Garam Gula Merica		
7	Sajikan			

(Sumber: Ibu mar, 2024 setelah penyesuaian yang telah dilakukan oleh penulis, 2024)

Tabel 1.9
Usulan resep *Crispy* Daun Bawang

Tanggal : September 2024

Jumlah porsi : 2 Porsi

Jenis hidangan : Side Dish

Berat/ porsi : 7 gr/ Porsi

Asal daerah : Kabupaten Sragen

Suhu Penyajian : Suhu ruangan

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
1	Pesiapan	11 gr 1 gr 300 ml	Daun bawang Garam Minyak	Bagian warna hijau
2	Slice	Bawang daun		Setipis mungkin
3	Blanch	Daun bawang		
4	Panaskan	Minyak		
5	Goreng	Daun bawang		Di minyak yang sangat panas hingga crispy
6	Seasoning	Garam		
7	Sajikan			

(Sumber: Oalahan penulis, 2024)

1.4.3 Food Cost, Recipe Costing, Dish Costing dan Selling Price

Food cost adalah biaya bahan makanan meliputi biaya untuk memperoleh berbagai bahan makanan yang diperlukan dalam pembuatan produk kuliner, biaya yang diperlukan dapat bervariasi tergantung pada menu, jumlah pelanggan, dan jenis bahan yang dibeli. Standar harga jumlah konsumen yang dilayani dan pedoman menu dapat membantu menentukan jumlah biaya bahan makanan (Dian Rizka, 2023)

$$\text{Food cost percentage} = (\text{total biaya per porsi/harga jual}) \times 100$$

Menurut para ahli, Richard dan Bernard (Bartono, 2005, p.5) mengelola *Food Cost* berarti memastikan bahwa pengeluaran tersebut ada karena tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya dalam bisnis. Untuk memastikan penggunaan biaya yang efisien, pengawasan perlu dilakukan.

Sementara *Recipe Costing* digunakan untuk menghitung biaya bahan yang diperlukan sesuai standar resep yang telah ditentukan oleh restoran. Disisi lain, *Dish Costing* berfungsi untuk membantu menentukan menu dan pendapatan yang dihasilkan. Harga yang ditetapkan oleh penjual suatu makanan disebut *Selling Price*.

Biaya Overhead adalah pengeluaran yang terjadi selama proses produksi makanan, yang tidak mencakup biaya bahan makanan dan biaya tenaga kerja. Biaya ini diperlukan untuk mendukung biaya operasi. Dalam konteks penyelenggaraan makanan biaya overhead mencakup berbagai pengeluaran seperti, bahan bakar, peralatan masak, peralatan makan, serta biaya untuk internet, listrik dan untuk pemeliharaan (Dian Rizka, 2023)

Tabel 1.10
Food Cost Soto Girin

No	Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga pasar	Harga Total
1	Rump/Tanjung	50	gr	Rp 120.000	Rp 6.000
2	Beef tenderloin	200	gr	Rp 126.000	Rp 25.200
3	Tulang Daging	50	gr	Rp 35.000	Rp 1.750
4	Kecambah	10	gr	Rp 15.000	Rp 150
5	Kol	10	gr	Rp 13.000	Rp 1.300
6	Bubuk Charcol	10	gr	Rp 150.000	Rp 15.000
7	Bawang putih	15	gr	Rp 38.500	Rp 578
8	Bawang merah	15	gr	Rp 30.000	Rp 450
9	Jahe	5	gr	Rp 15.000	Rp 75
10	Kunyit	5	gr	Rp 15.000	Rp 75
11	Kemiri	5	gr	Rp 25.000	Rp 125
12	Ketumbar	5	gr	Rp 25.000	Rp 125
13	Ebi	5	gr	Rp 80.000	Rp 400
14	Daun jeruk	5	gr	Rp 15.000	Rp 75
15	Lengkuas	5	gr	Rp 10.000	Rp 50
16	Daun salam	5	gr	Rp 15.000	Rp 75
17	Serai	5	gr	Rp 15.000	Rp 75
18	Tomat	20	gr	Rp 6.000	Rp 140
19	Daun bawang	30	gr	Rp 10.000	Rp 300
20	Agar-agar	5	gr	Rp 4.000	Rp 2.000
21	Lemon	20	ml	Rp 18.000	Rp 180
22	Gula	5	gr	Rp 21.000	Rp 105
23	Garam	5	gr	Rp 8.000	Rp 40
24	Merica putih	5	gr	Rp 35.000	Rp 175
25	Minyak goreng	100	ml	Rp 20.000	Rp 2.000
Recipe Costing					Rp 56.443
Dish Costing (1 porsi)					Rp 28.222
Food cost 25%			Sellig price		Rp 112.886

(Sumber: Pasar Gergerkalong Tengah 19 Oktober, Setiabudi Market, 2024)

Tabel 1.11
Food Cost Botok Mercon

No	Bahan	Jumlah	Unit	Harga pasar	Harga Total
1	Dada Ayam fillet	150	gr	Rp 45.000	Rp 6.750
2	Paha ayam fillet	150	gr	Rp 45.000	Rp 6.750
3	Tahu	50	gr	Rp 28.000	Rp 1.400
4	Beras Jagung	50	gr	Rp 30.000	Rp 1.500
5	Kentang	20	gr	Rp 20.000	Rp 400
6	Telur	190	gr	Rp 30.000	Rp 5.700
7	Kelapa parut	55	gr	Rp 40.000	Rp 2.200
8	Bawang merah	20	gr	Rp 30.000	Rp 600
9	Bawang putih	30	gr	Rp 38.500	Rp 1.155
10	Kemiri	5	gr	Rp 25.000	Rp 125
11	Cabe rawit	20	gr	Rp 47.000	Rp 940
12	cabe merah	20	gr	Rp 35.000	Rp 700
13	Daun salam	4	gr	Rp 15.000	Rp 60
14	Serai	12	gr	Rp 15.000	Rp 180
15	Daun jeruk	4	gr	Rp 15.000	Rp 60
16	Garam	17	gr	Rp 28.000	Rp 476
17	Gula	7	gr	Rp 21.000	Rp 147
18	Merica putih	2	gr	Rp 35.000	Rp 70
19	Daun bawang	11	gr	Rp 25.000	Rp 7.000
20	Santan	15	ml	Rp 50.000	Rp 2.500
21	Cabe merah	10	gr	Rp 30.000	Rp 300
22	Tomat	15	gr	Rp 15.000	Rp 225
23	Tepung roti	50	gr	Rp 25.000	Rp 1.250
24	Mlanding	10	gr	Rp 20.000	Rp 200
25	Tauge	6	gr	Rp 15.000	Rp 90
26	Terong bulat	10	gr	Rp 20.000	Rp 200
27	Kacang panjang	10	gr	Rp 25.000	Rp 250
29	Timun	10	gr	Rp 15.000	Rp 150
30	Kencur	2	gr	Rp 30.000	Rp 60
31	<i>Edible flower</i>	5	gr	Rp 35.000	Rp 17.500
33	Minyak	100	ml	Rp 30.000	Rp 3.000
34	Edible gold	3	gr	Rp 45.000	Rp 135
Recipe Costing					Rp 62.073
Dish Costing (1 porsi)					Rp 31.037
Food Costing 25%			Sellig price		Rp 124.146

(Sumber: Pasar Gergerkalong Tengah 19 Oktober, Setiabudi Market 2024)

1.4.4 Daftar Nilai Gizi

Gizi adalah unsur-unsur utama yang mempengaruhi kualitas sumber daya manusia. Gizi memiliki banyak aspek, selain dari keterkaitannya dengan tidak hanya kesehatan, tetapi juga konflik sosial ekonomi, budaya, pola didik, pendidikan, dan wilayah sekitar. Kebutuhan gizi yang optimal adalah syarat utama untuk mengembangkan sumber daya manusia yang unggul. Dua periode krusial, di mana pertumbuhan dan perkembangan langsung dengan cepat. (Astuti, 2017)

Faktor utama yang mempengaruhi masalah gizi berasal dari mengonsumsi makanan. Asupan makanan berfungsi untuk memberikan energi, mengatur metabolisme, memperbaiki jaringan tubuh, serta mendukung pertumbuhan. Hal ini disebabkan oleh kebutuhan tubuh memerlukan beragam jenis makanan untuk berkembang termasuk air, protein, karbohidrat dan vitamin, lemak dan mineral. (Yayang Eluis, 2021)

Berdasarkan pertimbangan alasan tersebut dan menyadari betapa pentingnya gizi seimbang dalam pembuatan makanan, penulis akan menguraikan nutrisi yang terdapat dalam menu yang akan disajikan. Untuk menghitung kandungan gizi, penulis merujuk pada tabel dari fatsecret.com, dan hasil perhitungan adalah sebagai berikut:

Tabel 1.12
Kandungan Gizi Soup

No	Nama Bahan	Jumlah	Kalori (kkal)	Lemak (gr)	Karbo (gr)	Protein (gr)
1	Tenderloin	200 gr	494	18,16	0	19,61
2	Beef stock	700 ml	91	0,63	8,4	13, 79
3	Kecambah	20 gr	2,5	0	0	0
4	Kol	10 gr	2	0,08	0	0
5	Nori	5 lembar	50	0	5	5
6	Bawang putih	15 gr	26	0	5	1
7	Bawang merah	15 gr	5	0	1	0
8	Jahe	5 gr	4	0	1	0
9	Kunyit	10 gr	30	1	10	1
10	Kemiri	10 gr	5	1	1	2
11	Ketumbar	10 gr	2	0	0	0
12	Ebi	5 gr	13	0,2	0, 11	3, 13
13	Daun jeruk	5 gr	0,6	0	1	0
14	Lengkuas	5 gr	2	0	0	0
15	Daun salam	5 gr	3	0	0	0
16	Sereh	5 gr	5	0	0	0
17	Tomat	20 gr	18	0,10	5	1,16
18	Daun bawang	30 gr	20	0,2	0,3	3
19	Agar-agar	5 gr	3	0	1	0
20	Lemon	10 gr	7,5	0	2,16	0,04
21	Gula	5 gr	20	0	1	0
22	Garam	5 gr	0	0	0	0
23	Merica putih	5 gr	0	0	0	0
24	Minyak goreng	11 ml	90	10	0	0
Total 1 pax			474,8	16,78	20,95	16,48

(Sumber: fatsecret.co.id dan hasil olahan Penulis, 2024)

Tabel 1.13
Kandungan Gizi Maincourse

No	Nama Bahan	Jumlah	Kalori (kkal)	Lemak (gr)	Karbo (gr)	Protein (gr)
1	Dada ayam fillet	150 gr	292.5	11	0	44.32
2	Paha ayam fillet	150 gr	313.5	16.32	0	38.91
3	Tahu	50 gr	39	2.47	1	1.15
4	Telur	1 butir	77	5.28	0.56	6.26
5	Kelapa parut	40 gr	20	16.8	6.32	1.9
6	Bawang merah	10 gr	5	0.008	1,1	0.092
7	Bawang putih	20 gr	21	0	4	0
8	Kemiri	5 gr	2,5	0	1	1
9	Cabe rawit	10 gr	31,8	1,7	5,6	1,2
10	Daun salam	2 gr	1	0	0	0
11	Sereh	10gr	10	0	0	0
12	Daun jeruk	2 gr	0,2	0	0	0
13	Garam	4 gr	0	0	0	0
14	Gula	2 gr	8	0	1	0
15	Merica putih	1 gr	0	0	0	0
Sambel mercon						
16	Bawang merah	10 gr	24	0.08	1,011	0.09
17	Bawang putih	5 gr	5	0	1	0
18	Cabe rawit	5 gr	1,95	0,86	2,83	0,6
19	Cabe merah	10 gr	3,6	0,8	8	0,4
20	Kemiri	5 gr	2,5	0	0	1
21	Daun salam	2 gr	3	0	0	0
22	Sereh	2gr	1,8	0	0	0
23	Daun jeruk	2 gr	0.2	0	0	0
24	Santan	15 ml	18,4	0.1	0	0
25	Garam	5 gr	0	0	0	0
26	Gula	3gr	10	0	1	0
27	Merica bubuk	1 gr	0	0	0	0
Kroket sego jagung						
28	Nasi jagung	50 gr	75	0	13	0
29	Kentang	20 gr	29	0	6,6	0,6
30	Garam	5 gr	0	0	0	0
31	Telur	1 butir	77	5.28	0.56	6.26
32	Minyak	13ml	34	7,8	0	0
Trancam mlanding						
33	Mlanding	10 gr	14,8	0	2,6	1,04
34	Tauge	6 gr	3	0	0,69	0,51
35	Terong bulat	10 gr	5	0	1	1
36	Kacang panjang	10 gr	10	0	2	0
37	Timun	10 gr	2,5	0	0	0
38	Kelapa parut	15 gr	7,2	5,04	1,8	0,57
39	Kencur	2 gr	8,4	0	2	0
40	Cabai rawit	5 gr	31.5	1.72	5.6	1
41	Bawang putih	5 gr	10,5	0	2	0
42	Terasi	2 gr	1	0	0	1
43	Garam	3 gr	0	0	0	0
44	Gula	8 gr	8	0	1	0
Crispy Bawang Daun						
45	Daun bawang	3 gr	1,8	0	0	0
46	Tepung beras	3 gr	3	0	0,23	0,17
47	Minyak	13 ml	34	7,8	0	0
48	Garam	3 gr	0	0	0	0
Total 1 pax			593	33	56	95.33

(Sumber: fatsecret.co.id dan olahan Penulis, 2024)

1.5 Lokasi dan waktu pelaksanaan uji coba

a. Lokasi dan Jadwal Presentasi

Lokasi uji coba akan dilakukan oleh penulis di laksanakan di Cikampek, Perum Rawamas Indah blok ee 7 No 2. Waktu uji coba akan dilaksanakan pada bulan Oktober 2024.

b. Lokasi dan Waktu Pelaksanaan Presentasi

Proses pelaksanaa penyajian presentasi makanan akan dilakukan didapur Nusantara Restaurant yang bertempat dikampus Politeknik Pariwisata NHI Bandung.