

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Indonesia adalah sebuah Negara kepulauan yang memiliki banyak pulau di Indonesia. Memiliki beragam ras, etnis, adat, agama, dan lainnya yang menjadikan Indonesia sebuah negara yang memiliki banyak akan keunikan. Sebuah negara yang sangat berpotensi untuk dijadikan tempat wisata yang sangat menarik. Terdapat banyak pulau yang dapat dijadikan tempat wisata salah satunya Pulau Jawa.

Jawa adalah sebuah pulau di Indonesia dengan penduduk sekitar 136 juta. Pulau ini berpenduduk terbanyak di dunia dan merupakan salah satu wilayah terpadat di dunia. Jawa dihuni oleh 60% penduduk Indonesia. Ibu kota Indonesia, Jakarta, terletak di Jawa bagian barat. Banyak sejarah Indonesia berlangsung di pulau ini. Dahulu, Jawa adalah pusat beberapa kerajaan Hindu-Buddha, kesultanan Islam, pemerintahan kolonial Hindia-Belanda, serta pusat pergerakan kemerdekaan Indonesia. Pulau ini berdampak besar terhadap kehidupan sosial, politik, dan ekonomi Indonesia. Maka dari itu Jawa terbagi menjadi beberapa kabupaten yaitu, Jawa Barat, Jawa Tengah, dan Jawa Timur. (Ibrahim, 2019)

Jawa timur merupakan salah satu Provinsi di Indonesia yang memiliki berbagai jenis objek wisata. Daerah ini menawarkan berbagai wisata alam seperti pegunungan, pantai, gua, hingga air terjun. Hampir setiap kabupaten atau kota

meniliki objek wisata dan keaneka ragaman budaya. Dan salah satunya Kabupaten Ponorogo ini.

Kabupaten Ponorogo adalah sebuah kabupaten yang terletak di Provinsi Jawa Timur, Indonesia. Pusat pemerintahannya adalah Kecamatan Ponorogo. Kabupaten Ponorogo ini terdiri dari 21 kecamatan, yang dibagi lagi menjadi 279 desa dan 26 kelurahan. Kabupaten yang terletak di bagian barat provinsi Jawa Timur dan berbatasan langsung dengan provinsi Jawa Tengah atau lebih tepatnya 220 km arah barat daya dari ibu kota provinsi Jawa Timur, Surabaya. Pada tahun 2016 berdasarkan hasil Data Kependudukan Kabupaten Ponorogo Semester 1 2016, jumlah penduduk Kabupaten Ponorogo adalah 924.913 jiwa.

Kata Ponorogo ini berasal dari *pramana/pramono* dan *raga/rogo*. *Pramana* yang berarti daya kekuatan, rahasia hidup, sedangkan *raga* yang berarti badan, jasmani. Kedua kata tersebut dapat diartikan bahwa di balik badan manusia tersimpan suatu rahasia hidup (*wadi*) berupa olah batin yang mantap dan mapan berkaitan dengan pengendalian sifat-sifat *amarah*, *aluwamah/lawamah*, *shufiah* dan *muthmainah*. Namun ada pula yang menyebutkan bahwa *pana* berarti melihat dan *raga* berarti badan, raga, atau diri. Sehingga arti Panaraga ialah "melihat diri sendiri" atau dalam kata lain disebut dengan "*mawas diri*".

Asal-usul dari nama Ponorogo ini awal mulanya dari kesepakatan dalam bermusyawarah bersama Raden Bathara Katong, Kiai Mirah, Seloaji, dan Jayadipa di hari Jumat pada saat bulan purnama, bertempat di tanah lapang dekat sebuah gumuk (wilayah katongan sekarang). Dalam musyawarah tersebut

disepakati bahwa kota yang akan didirikan dinamakan *Pramana Raga* yang akhirnya berubah menjadi *Panaraga* (Ponorogo).

Di Kabupaten Ponorogo ini sendiri memiliki beberapa sentra industri diantaranya adalah sentra industri seng di Desa Paju, Kecamatan Ponorogo, sentra industri jenang di Desa Josari, Kecamatan Jetis, dan sentra industri kulit di Desa Nambangrejo, Kecamatan Sukerejo

Kabupaten Ponorogo juga memiliki beberapa objek wisata salah satunya adalah Telaga Ngebel. Telaga Ngebel ini sebuah danau alami yang terletak di Kecamatan Ngebel, Kabupaten Ponorogo. Kecamatan Ngebel ini terletak di lereng gunung Wilis. Telaga Ngebel terletak sekitar 30 km dari pusat kota Ponorogo dengan ketinggian 734 meter di atas permukaan laut. Keliling dari Telaga Ngebel sekitar 5 km dan suhu di telaga ini berkisar antara 20–26 °C.

Kabupaten Ponorogo juga tidak kalah dengan kota-kota lainnya yang memiliki berbagai macam makanan khas. Begitu banyak makanan yang terdapat di kota ini, namun sangat di sayangkan banyak wisatawan yang tidak tahu bahwa di kota ini sangat banyak tempat wisata alam dan wisata kuliner nya. Makanan Ponorogo ini memiliki rasa dominan manis dan pedas. Makanan merupakan salah satu peran penting dalam pengembangan wisata yang dapat menjadi daya tarik bagi wisatawan. Hidangan lokal yang cukup banyak dan bervariasi ini kurang dilestarikan oleh penduduk lokal, hal inilah yang membuat penulis ingin mengangkat KULINER KHAS PONOROGO ini dalam *Food Presentation / Presentasi Makanan*.

1.2. Tujuan

A. Tujuan Formal:

Penelitian *Food Presentation*, untuk mengaplikasikan ilmu yang sudah dipelajari selama 3 tahun di Sekolah Tinggi Pariwisata Bandung ini dan juga sebagai syarat mengikuti ujian sidang Diploma III Program Studi Manajemen Tata Boga, Jurusan Perhotelan di Sekolah Tinggi Pariwisata Bandung.

B. Tujuan Operasional:

1. Menyajikan Kuliner Khas Ponorogo agar dapat dikenal oleh masyarakat luas dalam bentuk *rijsttafel*.
2. Untuk melatih kemampuan penulis dalam membuat makanan dari daerah lain.

1.3. Usulan menu

Penulis akan mempresentasikan makanan khas Ponorogo dalam bentuk *rijsttafel*. Pemilihan menu ini akan dibuat berdasarkan cita rasa dan keaslian menu dari Ponorogo yang penulis dapatkan dari beberapa referensi, serta memadukan bahan baku khas kota Ponorogo ini. Berikut adalah susunan menu yang akan di buat dan presentasikan oleh penulis :

7 Courses Ponorogo *Rijsttafel* Menu

Es dawet jabung

(minuman berbahan dasar gula aren dan di tambahkan cendol)

Sate ayam Ponorogo

(daging ayam yang di tusuk dengan bentuk memanjang, dan disajikan dengan saus kacang dan acar)

Sego tahu

(nasi putih dengan potongan tahu goreng yang ditaburi, kacang, kol, dan kecambah dengan saus kecap kacang)

Piya-piya

(adonan sayuran seperti bakwan yang di bentuk bulat)

Sate kopok

(sate ayam dengan balutan sambal kacang dengan santan)

Nasi tiwul goreng

(nasi goreng yang berbahan dasar ubi dengan rempah khas)

Getuk golan

(adonan getuk yang dihidangkan dengan parutan kelapa dan siraman gula merah)

1.4. Tinjauan Masakan

1.4.1 Tema Masakan

Tema yang akan penulis gunakan pada saat mempresentasikan makananan adalah *Rijsttafel*, yang di mana dalam satu meja terdiri dari beberapa hidangan nasi yang di letakan di tengah sebagai hidangan pokok, *Rijsttafel* dalam bahasa belanda yang terdiri dari dua kata, yaitu *rijst* yang berarti nasi dan *tafel* yang berarti meja yang menjadi kiasan dari kata hidangan, yang jika yang jika digabungkan menjadi “meja nasi” atau hidangan yang mengelilingi nasi.

1.4.2 Jenis Produk

- **Es dawet jabung**

Es dawet Jabung yang berasal dari Desa Jabung, Ponorogo. Es dawet jabung ini berisi cendol, berisi santan dan gula aren. Yang memiliki cita rasa yang unik dan menyegargarkan. (Soegiarto J. , 2013)

- **Sate ayam Ponorogo**

Sate yang berasal dari kota Ponorogo ini berbeda dengan sate lainnya. Sate ini memiliki potongan yang berbeda yaitu dengan potongan yang memanjang atau fillet, dan dihidangkan dengan nasi atau lontong dan saus kacang. (wardoyo, 2016)

- **Sego tahu**

Sego tahu ini makanan khas kota Ponorogo. Sego yang artinya yaitu nasi bungkus yang berisikan nasi dengan isian lauk pauk yang berisikan tahu yang dipotong kotak-kotak dan potongan sayuran dan saus kecap. (kasayu, 2019)

- **Piya-piya**

Piya-piya yaitu makanan khas Ponorogo yang memiliki nama cukup unik. Dengan rasa yang tidak kalah dengan makanan lainnya. Piya-piya ini bisa disebut dengan bakwan khas Ponorogo. Tetapi berbeda dgn bakwan lainnya piya-piya ini di cetak dengan menggunakan cetakan dari sendok sayur sehingga memiliki bentuk rapi dan bulat. (jo, 2019)

- **Sate kopok**

Sate kopok juga terkenal makanan khas Ponorogo. Sate yang terbuat dari daging ayam ini sama seperti sate lainnya, yang membedakan sate ini dengan sate lainnya yaitu bumbu kacangnya yang kental dan berwarna kuning, karena di padukan dengan santan. (angelin, 2008)

- **Nasi tiwul goreng**

Nasi tiwul goreng adalah makanan khas Kota Ponorogo yang mempunyai ke khasan tersendiri yaitu berbahan dasar ubi. Ubi ini pengganti nasi yang dibuat dari ubi yang di keringkan lalu di tumbuk dan dikeringkan, makanan ini sangat khas dengan cita rasanya yang manis dari singkongnya itu sendiri. Nasi tiwul ini di padupadankan dengan rempah-rempah khas. (pebrianti, 2017)

- **Getuk golan**

Getuk yang berbahan dasar singkong dan dihidangkan dengan parutan kelapa yang disiram dengan adonan gula merah ini sangat populer di kota Ponorogo ini, getuk biasanya di hidangkan setelah makanan berat atau bisa dikatakan sebagai makanan penutup atau dessert. (jo, 2019)

1.5. Usulan Resep

Standar resep adalah sebuah resep masakan yang sudah di uji coba berulang kali pada setiap pembuatan makanan tersebut sehingga menghasilkan *quantity* dan *quality* yang sama. Standar resep berguna untuk memastikan agar rasa dan *yield* pada setiap masakan tetap sama dan seragam, tidak hanya berguna untuk itu, tapi standard resep juga berguna untuk memudahkan prosedur saat pemasakan, karena dengan adanya standard resep ini, orang akan lebih mudah untuk membuatnya. Recipe yang sudah distandarisasikan dapat secara spesifik mendeskripsikan dengan akurat komoditi pangan apa yang di butuhkan beserta berat dari tiap bahan yang dibutuhkan secara konsisten dalam memproduksi suatu produk. Selain itu *standard recipe* juga harus dibuat agar mudah dibaca oleh orang awam dan bersifat universal seperti yang dikatakan oleh Sarah R. Labensky (2010:40) “*each recipe should be complete, consistent and simple to read and follow.*” (Labensky, On Cooking: a Text Book of Culinary Fundamentals , 2010). Prosedur yang pasti, tipe dari *equipment dan utensils* yang dipakai, serta kualitas dan kuantitas bahan telah

dicantumkan juga bagian dari *standard recipe*. Berikut susunan resep dari makanan yang akan penulis presentasikan.

Maka dari itu penulis akan membuatkan table resep tentang masakan yang akan penulis presentasikan, berikut ini adalah resep yang sudah penulis buat bersumber dari buku dan internet yang sudah penulis dapatkan dan sudah diolah kembali menjadi seperti berikut :

TABEL 1

Usulan Resep

Es Dawe Jabung

Halaman	: 1/2	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis hidangan	: Minuman	Besaran Porsi	: 100 ml
Alat Saji	: Mangkuk	Durasi memasak	: 30 Menit
Asal Daerah	: Ponorogo	Suhu Penyajian	: dingin

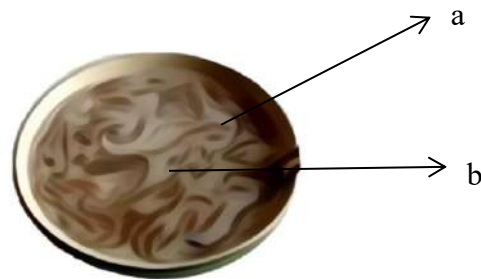
No.	Metode	Jumlah	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	500 gr 100 gr 1 lt 1 sdt 4 sdt 2 sdm	Bahan cendol : Tepung sagu Tepung beras Air Garam Gula pasir Kapur siri Bahan air cendol : Air Gula aren	Haluskan
2	Hasil Persiapan			
3	Masak	500 gr 100 gr 1 lt	Tepung sagu Tepung beras Air	Masak hingga semua tercampur rata
4	Masakan	1 sdt 4 sdt 2 sdm	Garam Gula Kapur siri	Aduk hingga merata sampai mengental

Sumber : Cookpad.com dan olahan penulis, 2020

TABEL 1**Usulan Resep****Es Dawet Jabung**

Halaman	: 2/2	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis hidangan	: Minuman	Besaran Porsi	: 100 ml
Alat Saji	: Mangkuk	Durasi memasak	: 30 Menit
Asal Daerah	: Ponorogo	Suhu Penyajian	: dingin

5	Siapkan	1 lt	Air dingin	Tuangkan adonan cendol ke dalam air dingin dan cetak dengan adonan cendol
6	Siapkan	1 lt	Air	Tunggu hingga mendidih
7	Masukan	200 gr	Gula aren	Aduk hingga tercampur rata
8	Sajikan			Dingin

Gambar 1**Sketsa Es Dawet Jabung**

Keterangan :

- a. Cendol
- b. Kuah cendol

Sumber : olahan penulis, 2020

TABEL 2**Usulan Resep****Sego Tahu**

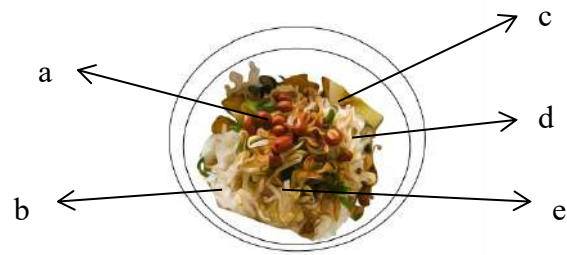
Halaman	: 1/2	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis hidangan	: Makanan Pokok	Besaran Porsi	: 100 gr
Alat Saji	: Piring saji	Durasi memasak	: 50 Menit
Asal Daerah	: Ponorogo	Suhu Penyajian	: Panas

1	Siapkan	500 gr 150 gr 150 gr 150 gr 300 gr 550 ml 50 gr 25 gr 20 gr 50 gr	Beras Tahu Kol Kecambah Kacang tanah Kecap Bawang merah Bawang putih Cabe rawit Garam	Potong dadu Potong
2	Hasil persiapan			
3	Masak	500 gr	Beras	Sampai matang
4	Rebus		Kol Kecambah	Sampai ½ matang
5	Goreng	150 gr 300 gr 50 gr 25 gr	Tahu Kacang tanah Bawang merah Bawang putih	Sampai matang
6	Haluskan	150 gr	Kacang tanah Bawang merah Bawang putih Cabai rawit Kecap	Menggunakan cobek
7	Sajikan			

Sumber : Cookpad.com dan olahan penulis, 2020

Gambar 2

Sketsa Sego Tahu



Keterangan :

- | | |
|-----------------|-------------|
| a. Kacang tanah | d. Kol |
| b. Nasi | e. Kecambah |
| c. Tahu | |

Sumber : olahan penulis, 2020

TABEL 3

Usulan Resep

Piya-piya

Halaman	: 1/2	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis hidangan	: kudapan	Besaran Porsi	: 100 gr
Alat Saji	: Piring saji	Durasi memasak	: 50 Menit
Asal Daerah	: Ponorogo	Suhu Penyajian	: Panas

No.	Metode	Jumlah	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	500 ml 250 gr 250 gr 100gr 500bgr 50 gr 50gr 1 lt	Air Wortel Kol Daun bawang Terigu Garam Merica Minyak goreng	Iris tipis Potong tipis Slice
2	Hasil Persiapan			
3	Panaskan	1 lt	Minyak goreng	Di wajan

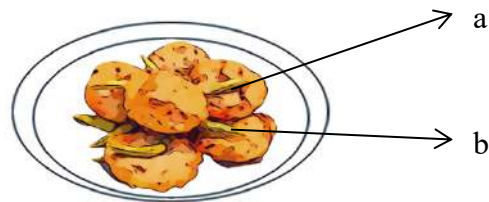
TABEL 3
Usulan Resep
Piya-piya

Halaman	: 2/2	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis hidangan	: kudapan	Besaran Porsi	: 100 gr
Alat Saji	: Piring saji	Durasi memasak	: 50 Menit
Asal Daerah	: Ponorogo	Suhu Penyajian	: Panas

4	Campurkan		Wortel Kol Daun bawang Terigu Air Garam Merica	Aduk rata
5	Sajikan			Panas

Sumber : Cookpad.com dan olahan penulis, 2020

Gambar 3
Sketsa Piya-piya



Keterangan :

- a. Piya-piya
- b. Pelengkap : cabai

Sumber : olahan penulis, 2020

TABEL 4
Usulan Resep
Sate Ayam Ponorogo

Halaman	: 1/2	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis hidangan	: makan pokok	Besaran Porsi	: 100 gr
Alat Saji	: piring saji	Durasi memasak	: 60 Menit
Asal Daerah	: Ponorogo	Suhu Penyajian	: panas

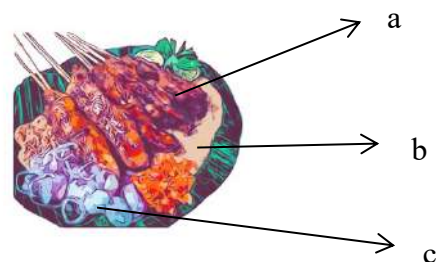
No.	Metode	Jumlah	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	500 gr 100 gr 1 buah 200 gr 150 gr 50 gr 20 gr 100 gr 70 gr 100 ml 300 gr 50 gr 1 lembar 70 gr 100 ml	Fille dada ayam Garam Jeruk Bahan marinasi : Bawang merah Bawang putih Ketumbar Jinten Gula jawa Asem jawa Kecap manis Bahan saus kacang: Kacang tanah Bawang putih Daun jeruk Gula merah Kecap manis	Cuci dan potong pipih memanjang Peras Goreng Goreng Larutkan Sangrai
2	Hasil Persiapan			
3	Campurkan	200 gr 150 gr 50 gr 20 gr 100 gr 70 gr 100 ml	Fille dada ayam Bawang merah Bawang putih Ketumbar Jinten Gula jawa Asem jawa Kecap manis	Yang sudah di potong (Untuk bahan marinasi)

TABEL 4**Usulan Resep****Sate Ayam Ponorogo**

Halaman	: 2/2	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis hidangan	: makan pokok	Besaran Porsi	: 100 gr
Alat Saji	: piring saji	Durasi memasak	: 60 Menit
Asal Daerah	: Ponorogo	Suhu Penyajian	: panas

4	Tusuk		Fille dada ayam	Yang sudah di marinasi
5	Bakar		Fille dada ayam	Yang sudah di marinasi dan di tusuk dan bulak-balik
6	Campurkan	300 gr 50 gr 1 lembar 70 gr 100 ml	Kacang tanah Bawang putih Daun jeruk Gula merah Kecap manis	Haluskan dan aduk sambil di tambahkan air panas
7	Sajikan			Panas

Sumber : Cookpad.com dan olahan penulis, 2020

Gambar 4**Sketsa Sate Ayam Ponorogo**

Keterangan :

- Sate ayam Ponorogo
- Bumbu kacang
- Potongan bawang merah

Sumber : olahan penulis, 2020

Usulan Resep

Sate Kopok

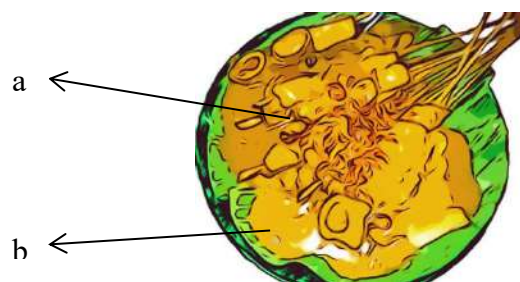
Halaman	: 2/2	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis hidangan	: Makanan pokok	Besaran Porsi	: 100 gr
Alat Saji	: piring saji	Durasi memasak	: 60 Menit
Asal Daerah	: Ponorogo	Suhu Penyajian	: panas

4	Tusuk		Daging ayam	Yang sudah dimarinasi
5	Bakar		Daging ayam	Yang sudah di tusuk
6	Masak	300 gr 50 gr 100 gr 100 ml 100 ml	Kacang tanah Bawang putih Gula merah Kecap manis Santan	Yang sudah dihaluskan Tunggu hingga matang
7	Sajikan			Panas

Sumber : Cookpad.com dan olahan penulis, 2020

Gambar 5

Sketsa Sate Kopok



Keterangan :

- Sate kopok
- Bumbu kacang santan

Sumber : olahan penulis, 2020

TABEL 6
Usulan Resesp
Nasi Tiwul Goreng

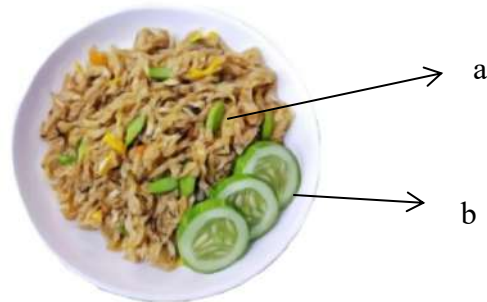
Halaman	: 2/2	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis hidangan	: Makanan Pokok	Besaran Porsi	: 100 gr
Alat Saji	: Piring saji	Durasi memasak	: 50 Menit
Asal Daerah	: Ponorogo	Suhu Penyajian	: Panas

No.	Metode	Jumlah	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	500 gr 100 gr 50 gr 50 gr 20 gr 25 gr	Ubi Bawang merah Bawang putih Kemiri Garam Merica	Parut dan keringkan
2	Hasil persiapan			
3	Haluskan	100 gr 50 gr 50 gr 20 gr 25 gr	Bawang merah Bawang putih Kemiri Garam Merica	
4	Tumis		Bumbu halus	Sampai wangi
5	Masukan		Ubi	Yang sudah dikeringkan
6	Sajikan			Panas

Sumber : Cookpad.com dan olahan penulis, 2020

Gambar 6

Sketsa Nasi Tiwul Goreng



Keterangan :

- a. Nasi tiwul Goreng
- b. Pelengkap : timun

Sumber : olahan penulis, 2020

TABEL 7

Usulan Resep

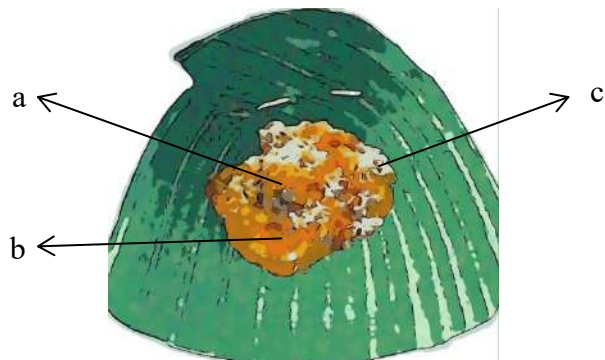
Getuk Golan

Halaman	: 1/2	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis hidangan	: Makanan Penutup	Besaran Porsi	: 100 gr
Alat Saji	: Piring saji	Durasi memasak	: 50 Menit
Asal Daerah	: Ponorogo	Suhu Penyajian	: dingin

No.	Metode	Jumlah	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	500 gr 250 gr 50 gr 100 gr 20 gr	Singkong Gula merah Gula pasir Kelapa parut Garam	Kupas dan kukus Haluskan dan cairkan Kukus
2	Hasil persiapan			
3	Kukus	500 gr	Singkong	Tumbuk
4	Campurkan	500 gr 100 gr 50 gr 20 gr	Singkong Gula merah Gula pasir Garam	Yang sudah di tumbuk
5	Cairkan	150 gr	Gula merah	
6	Sajikan			Dingin

Sumber : Cookpad.com dan olahan penulis, 2020

Gambar 7
Sketsa Getuk Golan



Keterangan :

- a. Getuk
- b. Saus guls merah
- c. Kelapa patut

Sumber : olahan penulis, 2020

1.6. Recipe Costing dan Dish Costing

Menurut Paul R. Dittmer mengatakan dalam bukunya yang berjudul *Principles of Food, Beverage, and Labor Cost Control* (2003:38) “*The standard costing is defined as the cost of goods or services identified, approved, and accepted by management. Cost control is one of the prime function in any foodservice operation.*” Berarti dengan menentukan Recipe Costing dan Dish Costing dapat menentukan Selling Price yang akan berujung dengan laba dari perusahaan.

Dengan berpedoman dengan pernyataan diatas penulis akan membuat recipe costing dan dish costing untuk menu yang telah penulis susun. Berikut adalah tabel recipe costing dan dish costing dari menu yang penulis susun:

TABEL 8

Recipe Costing Es Dawet Jabung

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga Pasaran	Harga Penggunaan
Tepung Sagu	500	gr	Rp 7.700	Rp 3.850
Tepung Beras	500	gr	Rp 15.400	Rp 7.700
Air	1000	ml	Rp -	Rp -
Garam	10	gr	Rp 4.400	Rp 44
Gula Pasir	40	gr	Rp 13.200	Rp 528
Kapur Siri	20	gr	Rp 30.000	Rp 600
Air	1500	ml	Rp -	Rp -
Gula Aren	200	gr	Rp 18.700	Rp 3.740
Recipe Cost				Rp 16.462
Dish Cost				3.292,40
Food cost 30%			Selling price	Rp 10.975

Sumber :data olahan penulis, 2020.

TABEL 9
Recipe Costing Sego Tahu

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga Pasaran	Harga Penggunaan
Beras	500	gr	Rp 13.750	Rp 6.875
Tahu	150	gr	Rp 1.050	Rp 5.250
Kol	150	gr	Rp 12.400	Rp 1.860
Kecambah	150	gr	Rp 9.900	Rp 1.485
Kacang Tanah	300	gr	Rp 27.500	Rp 8.250
Kecap	550	gr	Rp 29.700	Rp 16.335
Bawang Merah	50	gr	Rp 30.250	Rp 1.513
Bawang Putih	25	gr	Rp 36.050	Rp 901
Cabe Rawit	20	gr	Rp 50.050	Rp 1.001
Garam	50	gr	Rp 4.400	Rp 220
Recipe Cost				Rp 43.690
Dish Cost				8.737,95
Food cost 35%			Selling price	Rp 24.966

Sumber :data olahan penulis, 2020.

TABEL 10
Recipe Costing Piya-piya

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga Pasaran	Harga Penggunaan
Air	500	gr	Rp -	Rp -
Wortel	250	gr	Rp 17.350	Rp 4.338
Kol	250	gr	Rp 12.400	Rp 3.100
Daun Bawang	100	gr	Rp 21.050	Rp 2.105
Terigu	500	gr	Rp 8.500	Rp 4.250
Garam	50	gr	Rp 4.400	Rp 220
Merica	50	gr	Rp 210.000	Rp 10.500
Minyak Goreng	1000	gr	Rp 14.135	Rp 14.135
Recipe Cost				Rp 38.648
Dish Cost				7.729,50
Food cost 35%			Selling price	Rp 22.084

Sumber :data olahan penulis, 2020.

TABEL 11
Recipe Costing Sate Ayam Ponorogo

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga Pasaran	Harga Penggunaan
Dada Ayam	500	gr	Rp 50.850	Rp 25.425
Garam	100	gr	Rp 4.400	Rp 440
Jeruk	25	gr	Rp 24.800	Rp 620
Bawang Merah	200	gr	Rp 30.250	Rp 6.050
Bawang Putih	150	gr	Rp 36.050	Rp 5.408
Ketumbar	50	gr	Rp 31.500	Rp 1.575
Jinten	20	gr	Rp 4.200	Rp 84
Gula Jawa	100	gr	Rp 18.700	Rp 1.870
Asem Jawa	70	gr	Rp 22.350	Rp 1.565
Kecap Manis	100	ml	Rp 29.700	Rp 2.970
Kacang Tanah	300	gr	Rp 27.500	Rp 8.250
Bawang Putih	50	gr	Rp 36.050	Rp 1.803
Daun Jeruk	3	gr	Rp 45.450	Rp 136
Gula Merah	70	gr	Rp 18.700	Rp 1.309
Kecap Manis	100	ml	Rp 29.700	Rp 2.970
Recipe Cost				Rp 60.474
Dish Cost				12.094,77
Food cost 35%			Selling price	Rp 34.556

Sumber :data olahan penulis, 2020.

TABEL 12

Recipe Costing Sate Kopok

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga Pasaran	Harga Penggunaan
Dada Ayam Fillet	500	Gr	Rp 50.850	Rp 25.425
Garam	50	Gr	Rp 4.400	Rp 220
Bawang Merah	100	Gr	Rp 30.250	Rp 3.025
Bawang Putih	50	gr	Rp 36.050	Rp 1.803
Ketumbar	20	gr	Rp 31.500	Rp 630
Lengkuas	50	gr	Rp 13.150	Rp 658
Gula Merah	50	gr	Rp 18.700	Rp 935
Kecap Manis	100	ml	Rp 29.700	Rp 2.970
Kacang Tanah	300	gr	Rp 27.500	Rp 8.250
Bawang Putih	50	gr	Rp 36.050	Rp 1.803
Gula Merah	100	gr	Rp 18.700	Rp 1.870
Kecap Manis	100	ml	Rp 29.700	Rp 2.970
Santan	100	ml	Rp 33.000	Rp 3.300
Recipe Cost				Rp 53.858
Dish Cost				10.771,50
Food cost 35%			Selling price	Rp 30.776

Sumber :data olahan penulis, 2020.

TABEL 13

Recipe Costing Nasi Tiwul Goreng

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga Pasaran	Harga Penggunaan
Ubi	500	gr	Rp 4.000	Rp 2.000
Bawang Merah	100	gr	Rp 30.250	Rp 3.025
Bawang Putih	50	gr	Rp 36.050	Rp 1.803
Kemiri	50	gr	Rp 42.400	Rp 2.120
Garam	20	gr	Rp 4.400	Rp 880
Merica	25	gr	Rp 210.000	Rp 5.250
Recipe Cost				Rp 15.078
Dish Cost				3.015,50
Food cost 30%			Selling price	Rp 10.052

Sumber :data olahan penulis, 2020.

TABEL 14

Recipe Costing Getuk Golan

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga Pasaran	Harga Penggunaan
Singkong	500	gr	Rp 8.250	Rp 2.750
Gula Merah	250	gr	Rp 18.700	Rp 4.675
Gula Pasir	50	gr	Rp 13.200	Rp 660
Kelapa Parut	100	gr	Rp 14.450	Rp 1.445
Garam	20	gr	Rp 4.400	Rp 88
Recipe Cost				Rp 9.618
Dish Cost				1.923,60
Food cost 35%			Selling price	Rp 5.496

Sumber :data olahan penulis, 2020.

1.7. Selling Price

TABEL 15
SELLING PRICE

Menu	Yield	Food Cost	Dish Cost	Selling Price
Dawet Jabung	5	30%	Rp 3.292,40	Rp 10.974,67
Sago Tahu	5	35%	Rp 8.737,95	Rp 24.965,57
Piya Piya	5	35%	Rp 7.729,50	Rp 22.084,29
Sate Ayam Ponorogo	5	35%	Rp 12.094,77	Rp 34.556,49
Sate Kopok	5	35%	Rp 10.771,50	Rp 30.775,71
Getuk Golan	5	35%	Rp 1.923,60	Rp 5.496,00
Nasi Tiwul Goreng	5	30%	Rp 3.015,50	Rp 10.051,67
TOTAL				Rp 139.00,00

1.8. Nilai Nutrisi

Nutrisi merupakan kebutuhan esensial manusia yang tidak dapat dihindarkan. Dikarenakan manusia sangat memerlukan gizi dari berbagai makanan untuk memenuhi kebutuhan tubuhnya. Menurut (Foskett, 2011:112), *“Nutrition is the science of food; it is the nutrients in food and the way in which they react in relation to our health. Nutrients are the substances in food that provide energy, promote growth and maintain the body.”* Kebutuhan nutrisi ini juga sangat diperlukan sepanjang kehidupan manusia, namun jumlah nutrisi yang diperlukan setiap itu orang berbeda sesuai dengan karakteristik, seperti jenis kelamin, usia, aktivitas, dan lain-lain.

TABEL 16
Kandungan Gizi Es Dawet Jabung

Jumlah	Nama	Kalori	Karbo	Lemak	Protein	Gula	Sodium
500	Tepung Sagu	1088	270	0	0	0	5
500	Tepung Beras	1660	390	5	35	0	0
1000	Air	0	0	0	0	0	0
10	Garam	0	0	0	0	0	3875,8
40	Gula Pasir	120	40	0	0	40	0
20	Kapur Siri	0	0	0	0	0	4,6
1500	Air	0	0	0	0	0	0
200	Gula Aren	826	216	0	0	212	1
Total		3694	916	5	35	252	3886,4
Total/Portion		738,8	183,2	1	7	50,4	777,28

Sumber : www.Myfitnesspal.com, 2020

TABEL 17
Kandungan Gizi Sego Tahu

Jumlah	Nama	Calories	Carbs	Fat	Protein	Sugar	Sodium
500	Beras	855	150	15	15	5	1825
150	Tahu	114	1,5	6	12	0	15
150	Kol	33	7,5	0	1,5	0	75
150	Kecambah	24	1,5	0	3	0	0
300	Kacang Tanah	1692	75	132	75	0	54
550	Kecap	577,5	137,5	0	27,5	0	14666,67
50	Bawang Merah	12	1,5	0	0,5	1,5	8,5
25	Bawang Putih	37,25	8,25	0	1,5	0,25	4,25
20	Cabe Rawit	4,8	0,4	0	0,4	0,4	6
50	Garam	0	0	0	0	0	19379
Total		3349,55	383,15	153	136,4	7,15	36033,42
Total/Portion		669,91	76,63	30,6	27,28	1,43	7206,683

Sumber : *www.Myfitnesspal.com*, 2020

TABEL 18
Kandungan Gizi Piya-piya

Jumlah	Nama	Kalori	Karbo	Lemak	Protein	Gula	Sodium
500	Air	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0
250	Wortel	102,5	22,5	0	0	10	172,5
250	Kol	55	12,5	0	2,5	0	45
100	Daun Bawang	61	14	0	1	3	20
500	Terigu	1755	355	5	40	0	10
50	Garam	0	0	0	0	0	19379
50	Merica	0	0	0	0	0	0
1000	Minyak Goreng	0	0	0	0	0	0

Total	1973,50	404,00	5,00	43,50	13,00	19626,50
Total/Portion	394,70	80,80	1,00	8,70	2,60	3925,30

Sumber : *www.Myfitnesspal.com*, 2020

TABEL 19
Kandungan Gizi Sate Ayam Ponorogo

Jumlah	Nama	Kalori	Karbo	Lemak	Protein	Gula	Sodium
500	Dada Ayam	1105	0	45	155	0	1965
100	Garam	0	0	0	0	0	38758
25	Jeruk	6,25	2,75	0	0	0,25	0
200	Bawang Merah	48	6	0	2	6	34
150	Bawang Putih	223,5	49,5	0	9	1,5	25,5
50	Ketumbar	11,5	1,5	0	0,5	0	33,6
20	Jinten	54,67	10,00	1,00	1,67	0	0,8
100	Gula Jawa	413	108	0	0	106	0,5
70	Asem Jawa	195,3	26,6	0	2,1	27,3	19,6
100	Kecap Manis	105	25	0	5	0	2666,667
300	Kacang Tanah	1692	75	132	75	0	54
50	Bawang Putih	74,5	16,5	0	3	0,5	8,5
3	Daun Jeruk	0	0	0	0	0	0
70	Gula Merah	289,1	75,6	0	0	74,2	0,35
100	Kecap Manis	105	25	0	5	0	2666,667
Total		4322,82	421,45	178,00	258,27	215,75	46233,18
Total/Portion		864,56	84,29	35,60	51,65	43,15	9246,64

Sumber : *www.Myfitnesspal.com*, 2020

TABEL 20
Kandungan Gizi Sate Kopok

Jumlah	Nama	Kalori	Karbo	Lemak	Protein	Gula	Sodium
500	Dada Ayam Fillet	1105	0	45	155	0	1965
50	Garam	0	0	0	0	0	19379
100	Bawang Merah	24	3	0	1	3	3
50	Bawang Putih	74,5	16,5	0	3	0,5	8,5
20	Ketumbar	4,6	0,6	0	0,2	0	9,2
50	Lengkuas	35,5	7,5	0	0,5	0	13
50	Gula Merah	206,5	54	0	0	53	0,25
100	Kecap Manis	105	25	0	5	0	2666,6667
300	Kacang Tanah	1692	75	132	75	0	54
50	Bawang Putih	74,50	16,50	0,00	3,00	0,50	3,00
100	Gula Merah	413	108	0	0	106	0,5
100	Kecap Manis	105	25	0	5	0	2666,6667
100	Santan	151	3	15	0,5	0	15
Total		3990,60	334,10	192,00	248,20	163,00	26783,78
Total/Portion		798,12	66,82	38,40	49,64	32,60	5356,76

Sumber : *www.Myfitnesspal.com*, 2020

TABEL 21
Kandungan Gizi Nasi Tiwul Goreng

Jumlah	Nama	Kalori	Karbo	Lemak	Protein	Gula	Sodium
500	Ubi	430	100	0	5,00	20	275
100	Bawang Merah	24	3	0	1	3	3
50	Bawang Putih	74,5	16,5	0	3	0,5	8,5
50	Kemiri	236,5	0	24,5	3,5	0	0
20	Garam	0	0	0	0	0	7751,6
25	Merica	0	0	0	0	0	0
Total		765	119,5	24,5	12,5	23,5	8038,1
Total/Portion		153	23,9	4,9	2,5	4,7	1607,62

Sumber : *www.Myfitnesspal.com*, 2020

TABEL 22
Kandungan Gizi Getuk Golan

Jumlah	Nama	Kalori	Karbo	Lemak	Protein	Gula	Sodium
500	Singkong	675	160	0	5	0	70
250	Gula Merah	1032,5	270	0	0	265	1,25
50	Gula Pasir	150	50	0	0	50	0
100	Kelapa Parut	354	15	33	3	6	20
20	Garam	0	0	0	0	0	7751,6
Total		2211,5	495,0	33,0	8,0	321,0	7842,9
Total/Portion		442,3	99,0	6,6	1,6	64,2	1568,6

Sumber : *www.Myfitnesspal.com*, 2020