

MENU B

MENU PEKAN I & III

WAKTU/ HARI	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMÁT	SABTU	MINGGU
PAGI	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Uduk	Nasi Goreng	Nasi Putih
	Capcay Ayam Suwir	Telur Bacem	Oseng Bakso tahu/tempe	Telur Utuh/Balado	Petis Teri + Tempe	Sosis Goreng	Telur Dadar Bombay
	Krupuk	Mie Sayur	Tumis sayur	Kuah Santan Terong	Krupuk	Lalapan	Megono Sayur
	Teh Manis	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Teh Manis	Krupuk	Krupuk
	Teh Manis	Teh Manis	Teh Manis	Teh Manis	Teh Manis	Teh Manis	Teh Manis
SIANG	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih
	Telur Ceplok Kecap	Chicken Crispy	Omlate Telur	Tongkol sambel Pangang	Ayam Geprek	Rolade Daging	Lele Goreng Terbang
	Cah Jamur	Lalapan	Sayur Sop / Bening	Tumis Sayur	Lalapan	Sayur Asam Manis	Lalapan
	Sambel	Sambel Ijo	Sambel	Sambel	Sambal Bawang	Sambel	Sambel
	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk
SORE	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih
	Ikan Bandeng Asam manis	Udang Gimbali / Crispy	Ayam Bacem	Bakso Komplit	Ketoprak (Telur Tahu Sayur)	Ikan Goreng	Ayam Bakar
	Bakwan Sayur	Sayur Lodeh	Bakwan Sayur	Tempe /Tahu Tepung	Sambal	Acar	Lalapan
	Sambel	Sambel	Krupuk	Sambel	Krupuk	Sambel Matah	Sambal Tomat
	Krupuk	Krupuk	Buah	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk
Susu			Es Teh		Buah	Cemilan Manis	

 : Telur 30%

 : Daging 15%

 : Ayam 30%

 : Ikan 25%

 : Seafood 5%

Ketua Koprasi



Mohamad Rofik Afandi, A.Md

Kota Pekalongan,
Ahli Gizi,



Maya Etika, AMG

2023

MENU PEKAN II & IV

WAKTU/ HARI	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMÁT	SABTU	MINGGU
PAGI	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Fried Rice	Nasi Putih	Nasi Goreng	Nasi Putih
	Sambel Goreng Ati	Telur Dadar Original	Rendang Daging	Telur Orak Arik	Petis Teri	Nugget Ayam	Telur Mata Sapi Spesial
	Tumis Sayur/Tempe	Lodeh Nangka/Labu Siam	Tumis sayur	Lalapan	Tahu Lodeh	Lalapan	Tumis tahu, kacang
	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk
	Teh Manis	Teh Manis	Teh Manis	Teh Manis	Teh Manis	Teh Manis	Teh Manis
SIANG	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih
	Telur Ceplok Balado	Sup Ayam	Gulai Telur	Ikan Bumbu Rujak	Ayam Spicy	Rawon Daging	Ikan Balado
	Capcay Kuah	Tempe Goreng	Bakwan Sayur	Acar	Tumis Pakcoy	Tahu Goreng	Tumis Sayur Brokoli
	Sambel	Sambel Ijo	Sambel	Sambel	Krupuk	Sambel	Sambel
	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk
SORE	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih	Nasi Putih
	Ikan Bandeng Crispy	Tumis Udang Sayur	Ayam Katsu	Steak Daging	Telur Geprek/ Penyet	Cikuwa Asam Manis	Soto Ayam Bening
	Cah Kangkung	Tempe Tepung	Sayur Asam Manis	Salad (Wortel, buncis, Buncis/jagung)	Kentang Goreng /Tumis Sayur	Tahu/Tempe Goreng	Tahu Tepung
	Sambel	Sambel	Saos /Mayones	Sambel/ Saos	Sambel/Saos	Sambal	Sambel
	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk	Krupuk
Yakult	Jus Buah	Buah	Es Sirup		Buah	Cemilan Gurih	

 : Telur 30%

 : Daging 15%

 : Ayam 30%

 : Ikan 25%

 : Seafood 5%

Ketua Koperasi



Mohamad Rofik Afandi, A.Md

Kota Pekalongan,
Ahli Gizi,



Maya Etika, AMG

2023

NB dalam 2 minggu

No	Tambahan	Waktu Dalam 2 Minggu
1	Buah	4
2	Susu	1
3	Yakult	1
4	Cemilan	2
5	Jus Buah	1
6	Es Teh Manis	1
7	Es Sirup	1

Ketua Koperasi



Mohamad Rofik Afandi, A.Md

Kota Pekalongan,
Ahli Gizi,



Maya Etika, AMG

2023

