

## DAFTAR TABEL

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| Tabel 2.1 Bahan Makanan Sumber Hidrat Arang .....   | 23 |
| Tabel 2.2 Bahan Makanan Sumber Protein Hewani ..... | 23 |
| Tabel 2.3 Bahan Makanan Sumber Nabati .....         | 23 |
| Tabel 2.4 Buah-Buahan .....                         | 26 |
| Tabel 2.5 Susu .....                                | 26 |
| Tabel 2.6 Minyak .....                              | 27 |
| Tabel 2.7 Gula.....                                 | 27 |
| Tabel 2.7 Menu Makanan Ibu Nifas Dalam Sehari ..... | 27 |