

Optimalisasi Manajemen Catering Anak Pra-Sekolah melalui Edukasi, Pendampingan, dan Penyediaan Lauk Hewani untuk Meningkatkan Mutu Pelayanan dan Kualitas Gizi Menu di YPI Ulul Albab Jember

^aHolif Fitriyah*, ^aEllanda Rima Eryyanna, ^aErwina Safitri, ^aBaiq Dewi Sukma Septiani

^{1,2,3,4} Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM), Universitas Jember

 holiffitriyah@unej.ac.id

Abstrak

Penyelenggaraan makanan pada anak usia pra-sekolah memiliki peran penting dalam mendukung pemenuhan kebutuhan gizi dan pembentukan kebiasaan makan sehat. YPI Ulul Albab Jember sebagai salah satu lembaga pendidikan yang menyediakan makanan bagi peserta didik masih menghadapi beberapa permasalahan, yaitu belum optimalnya variasi menu, keterbatasan penyediaan lauk hewani, serta perlunya penguatan manajemen penyelenggaraan makanan agar kualitas menu sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas pengelola dalam manajemen penyelenggaraan makanan serta mengoptimalkan penyediaan lauk hewani pada menu anak pra-sekolah. Metode pelaksanaan dilakukan melalui observasi kondisi awal, edukasi, diskusi interaktif, dan pemberian rekomendasi perbaikan menu kepada pengelola penyelenggaraan makanan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa mitra memperoleh pemahaman mengenai pentingnya perencanaan menu bergizi seimbang, standar penyediaan lauk hewani, serta peningkatan variasi makanan utama dan makanan selingan. Selain itu, hasil observasi terhadap menu dan proses konsumsi makanan anak menjadi dasar dalam penyusunan rekomendasi perbaikan kualitas menu. Kegiatan pengabdian ini memberikan implikasi positif dalam penguatan kapasitas pengelola penyelenggaraan makanan sehingga diharapkan mampu meningkatkan mutu pelayanan makanan dan kualitas gizi menu bagi anak pra-sekolah secara berkelanjutan.

Kata Kunci: manajemen penyelenggaraan makanan; anak pra-sekolah; lauk hewani; gizi seimbang; edukasi gizi.

1. Pendahuluan

Pemenuhan kecukupan gizi pada anak usia pra-sekolah merupakan faktor penting dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan kognitif, dan pembentukan kebiasaan makan sehat yang berkelanjutan (Clark *et al.*, 2020; Duncanson *et al.*, 2016; Hilger *et al.*, 2015). Periode pra-sekolah (usia 1–5 tahun) merupakan fase kritis karena kebutuhan energi, protein, dan zat gizi mikro relatif tinggi untuk menunjang perkembangan fisik dan kemampuan belajar anak (Fewtrell *et al.*, 2017; Nguyen *et al.*, 2021). Oleh karena itu, penyediaan makanan bergizi melalui sistem penyelenggaraan makanan di institusi pendidikan anak usia dini menjadi strategi penting dalam memenuhi kebutuhan gizi anak. Manajemen penyelenggaraan makanan yang meliputi perencanaan menu, pemilihan bahan pangan, pengolahan, pengaturan porsi, dan pengendalian mutu berperan dalam menjamin kualitas pelayanan serta kandungan gizi makanan yang diberikan kepada anak

YPI Ulul Albab Jember merupakan lembaga pendidikan yang menyediakan layanan makan bagi anak pra-sekolah melalui sistem catering. Berdasarkan hasil observasi awal dan diskusi dengan pengelola, ditemukan beberapa permasalahan yang masih dihadapi, antara lain belum tersusunnya siklus menu yang memenuhi prinsip gizi seimbang, variasi

lauk hewani yang masih terbatas, belum adanya standar porsi yang baku sesuai kebutuhan gizi anak pra-sekolah, serta belum optimalnya penerapan manajemen penyelenggaraan makanan mulai dari perencanaan menu, pengadaan bahan pangan, hingga evaluasi penerimaan makanan. Kondisi tersebut berpotensi menyebabkan ketidaksesuaian kandungan zat gizi menu dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG), rendahnya variasi konsumsi protein hewani, serta menurunkan mutu pelayanan catering.

Optimalisasi penyediaan pangan sumber hewani (animal-source foods/ASFs) pada menu anak pra-sekolah merupakan strategi penting untuk meningkatkan kualitas gizi makanan, terutama dalam pemenuhan protein berkualitas tinggi dan zat gizi mikro esensial. Protein hewani memiliki nilai biologis yang lebih tinggi karena mengandung asam amino esensial lengkap dan memiliki daya cerna lebih baik dibandingkan protein nabati. Konsumsi pangan hewani secara rutin berhubungan dengan peningkatan pertumbuhan, status gizi, dan perkembangan kognitif anak. Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa menu pada institusi pra-sekolah masih sering belum memenuhi rekomendasi penyediaan pangan hewani, terutama untuk zat besi, seng, dan vitamin D (Myszkowska-Ryciak & Harton, 2018; Prima *et al.*, 2022; Lozano *et al.*, 2025). Oleh karena itu, edukasi pengelola makanan, penyusunan menu berbasis kebutuhan gizi, dan evaluasi penyediaan lauk hewani menjadi strategi penting untuk meningkatkan kualitas gizi menu anak pra-sekolah

Edukasi kepada pengelola penyelenggaraan makanan dapat meningkatkan kapasitas dalam perencanaan menu, standardisasi porsi, keamanan pangan, dan penyusunan siklus menu sehingga mendukung kesesuaian makanan dengan kebutuhan gizi anak (Myszkowska-Ryciak & Harton, 2018; O'Halloran *et al.*, 2018; Porter *et al.*, 2020). Dukungan tenaga gizi, alat perencanaan menu yang terstandar, dan evaluasi menu juga berkontribusi terhadap peningkatan kualitas penyelenggaraan makanan pada layanan anak usia dini (Agustin & Musfirah, 2023; Blanquer-Genovart *et al.*, 2022). Namun, kegiatan sebelumnya masih terbatas dalam mengintegrasikan edukasi dengan perbaikan menu, khususnya optimalisasi pangan sumber hewani. Oleh karena itu, edukasi disertai rekomendasi perbaikan menu menjadi pendekatan yang relevan untuk meningkatkan mutu penyelenggaraan makanan dan kualitas gizi menu anak pra-sekolah.

Berdasarkan analisis situasi tersebut, tim pengabdian menawarkan program Optimalisasi Manajemen Catering Anak Pra-Sekolah melalui Edukasi, Pendampingan, dan Penyediaan Lauk Hewani. Program ini dilaksanakan melalui serangkaian kegiatan berupa identifikasi kondisi awal, edukasi mengenai manajemen penyelenggaraan makanan anak, pendampingan penyusunan siklus menu dan standar porsi, optimalisasi penyediaan lauk hewani sesuai prinsip gizi seimbang, serta evaluasi mutu pelayanan dan kandungan gizi menu. Pendekatan ini diharapkan tidak hanya meningkatkan kapasitas pengelola catering, tetapi juga menghasilkan perbaikan nyata terhadap kualitas menu yang disajikan kepada anak.

Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pengelola catering dalam manajemen penyelenggaraan makanan anak pra-sekolah, mengoptimalkan penyediaan lauk hewani sebagai sumber protein berkualitas, meningkatkan mutu pelayanan catering, serta memperbaiki kualitas kandungan gizi menu yang disajikan di YPI Ulul Albab Jember. Program ini diharapkan dapat menjadi model pendampingan penyelenggaraan makanan anak pra-sekolah yang berkelanjutan dan dapat direplikasi pada lembaga pendidikan anak usia dini lainnya.

2. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Yayasan Pendidikan Islam (YPI) Ulul Albab Jember, Kabupaten Jember, Jawa Timur, pada Mei 2025. Sasaran kegiatan adalah pengelola catering dan tenaga penjamah makanan yang bertanggung jawab dalam penyelenggaraan makanan bagi anak usia pra-sekolah.

Metode pelaksanaan diawali dengan identifikasi permasalahan mitra melalui observasi langsung, wawancara, dan diskusi dengan pengelola catering. Hasil identifikasi menunjukkan bahwa penyusunan menu belum sepenuhnya mengacu pada prinsip gizi seimbang, variasi lauk hewani masih terbatas, serta belum dilakukan analisis kandungan gizi menu secara terstruktur. Berdasarkan hasil identifikasi tersebut, tim pengabdian menyusun materi edukasi yang disesuaikan dengan kebutuhan mitra.

Kegiatan inti berupa edukasi yang dilaksanakan satu kali secara tatap muka menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Materi yang disampaikan meliputi prinsip gizi seimbang pada anak usia pra-sekolah, manajemen penyelenggaraan catering, pentingnya penyediaan lauk hewani sebagai sumber protein berkualitas tinggi, serta penyusunan menu yang memenuhi kebutuhan gizi anak. Selain penyampaian materi, peserta diberikan contoh siklus menu dan alternatif variasi lauk hewani yang mudah diterapkan sesuai ketersediaan bahan pangan dan kemampuan operasional catering.

Program kerja pengabdian terdiri atas empat tahapan, yaitu (1) koordinasi dan identifikasi kebutuhan mitra, (2) pelaksanaan edukasi mengenai manajemen catering dan optimalisasi penyediaan lauk hewani, (3) diskusi dan konsultasi mengenai penerapan materi sesuai kondisi catering, serta (4) penyusunan rekomendasi perbaikan menu berdasarkan hasil analisis kandungan gizi. Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan secara partisipatif dengan melibatkan pengelola catering sebagai mitra utama.

Evaluasi kegiatan dilakukan secara kualitatif melalui observasi selama pelaksanaan edukasi, dokumentasi kegiatan, serta diskusi dengan mitra mengenai pemahaman dan rencana penerapan materi yang telah diberikan. Selain itu, dilakukan analisis kandungan gizi menu catering untuk memberikan rekomendasi perbaikan komposisi menu, terutama terkait peningkatan variasi lauk hewani sebagai sumber protein berkualitas. Hasil evaluasi menjadi dasar dalam penyusunan rekomendasi bagi mitra untuk meningkatkan mutu pelayanan dan kualitas gizi menu yang disajikan kepada anak usia pra-sekolah.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Yayasan Pendidikan Islam (YPI) Ulul Albab Jember dengan sasaran pengelola penyelenggaraan makanan, tenaga penjamah makanan, dan guru yang terlibat dalam penyediaan makanan bagi anak usia pra-sekolah. Kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pihak yayasan untuk mengidentifikasi kebutuhan mitra dan permasalahan yang dihadapi dalam penyelenggaraan makanan sehari-hari.

Berdasarkan hasil diskusi dan observasi awal, diketahui bahwa penyusunan menu telah dilakukan secara rutin, namun masih memerlukan penguatan dalam penerapan prinsip gizi seimbang, khususnya terkait variasi lauk hewani dan keseimbangan

komposisi menu. Kegiatan edukasi kemudian diberikan mengenai manajemen penyelenggaraan makanan anak pra-sekolah, prinsip gizi seimbang, pentingnya protein hewani bagi pertumbuhan anak, serta penyusunan menu yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak usia pra-sekolah.

Kegiatan edukasi dilaksanakan secara interaktif melalui penyampaian materi, diskusi, dan sesi tanya jawab. Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dengan menyampaikan berbagai pengalaman dan kendala yang dihadapi dalam penyusunan menu maupun penyediaan makanan di sekolah. Melalui kegiatan ini diharapkan pengelola memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai penyelenggaraan makanan yang berkualitas sehingga mampu meningkatkan mutu pelayanan makanan bagi peserta didik.

3.2. Implementasi Penyediaan Menu Bergizi Seimbang bagi Anak Pra-Sekolah

Sebagai tindak lanjut kegiatan edukasi, dilakukan observasi terhadap menu makan anak pra-sekolah untuk menilai penerapan prinsip gizi seimbang. Menu makan utama telah mencakup makanan pokok, lauk, sayuran, dan buah. Pangan sumber hewani (animal-source foods/ASFs) penting karena menyediakan protein berkualitas tinggi dan berbagai mikronutrien yang mendukung pertumbuhan, perkembangan imun, dan fungsi kognitif anak (Iannotti *et al.*, 2024; Miller *et al.*, 2020; Orzeł *et al.*, 2024). Namun, variasi lauk hewani masih perlu ditingkatkan untuk mengoptimalkan asupan protein, zat besi, seng, dan vitamin B12 (Eaton *et al.*, 2019; Zaharia *et al.*, 2021). Oleh karena itu, peningkatan variasi lauk hewani menjadi salah satu rekomendasi perbaikan kualitas gizi menu anak pra-sekolah.



Gambar 3.1. Menu Makan Utama yang Disajikan kepada Anak Pra-Sekolah

Selain makan utama, sekolah juga menyediakan makanan selingan (snack) sebagai bagian dari pemenuhan kebutuhan energi harian anak. Makanan selingan memiliki peran penting dalam memenuhi sebagian kebutuhan energi dan zat gizi di antara waktu makan utama. Berdasarkan hasil pengamatan, snack yang disajikan telah memenuhi fungsi sebagai makanan selingan, namun kualitas gizinya masih dapat ditingkatkan melalui pemanfaatan bahan pangan yang lebih beragam, khususnya sumber protein, vitamin, dan mineral.



Gambar 3.2. Menu Makanan Selingan (Snack) yang Disajikan kepada Anak Pra-Sekolah

Implementasi penyelenggaraan makanan juga diamati melalui kegiatan konsumsi makanan oleh anak di lingkungan sekolah. Hasil observasi menunjukkan bahwa proses makan berlangsung dalam suasana yang tertib dengan pendampingan guru. Pendampingan tersebut berperan dalam membiasakan anak mengonsumsi makanan yang disediakan, mengenalkan variasi pangan, serta membangun perilaku makan sehat sejak usia dini. Lingkungan makan yang kondusif menjadi salah satu faktor pendukung keberhasilan program penyelenggaraan makanan di sekolah karena tidak hanya berorientasi pada pemenuhan kebutuhan gizi, tetapi juga pembentukan kebiasaan makan yang baik.



Gambar 3.3. Pelaksanaan Konsumsi Makanan oleh Anak Pra-Sekolah di YPI Ulul Albab Jember

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu memberikan wawasan kepada pengelola mengenai pentingnya penyelenggaraan makanan yang memenuhi prinsip gizi seimbang, khususnya melalui optimalisasi penyediaan lauk hewani dan penyusunan menu yang lebih beragam. Rekomendasi yang diberikan diharapkan dapat menjadi acuan bagi pengelola dalam melakukan perbaikan menu secara berkelanjutan sehingga mutu pelayanan makanan dan kualitas gizi yang diterima anak usia pra-sekolah semakin meningkat. Selain itu, penyelenggaraan makanan yang baik di lingkungan sekolah diharapkan dapat mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan pembentukan kebiasaan makan sehat pada anak sejak usia dini.

4. Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di YPI Ulul Albab Jember telah memberikan penguatan kapasitas pengelola penyelenggaraan makanan melalui edukasi mengenai manajemen penyelenggaraan makanan anak pra-sekolah, prinsip gizi seimbang, dan pentingnya penyediaan lauk hewani sebagai sumber protein berkualitas. Kegiatan ini menghasilkan rekomendasi penyusunan menu yang lebih beragam dan sesuai dengan kebutuhan gizi anak, sehingga dapat menjadi acuan bagi pengelola dalam meningkatkan kualitas penyelenggaraan makanan di lingkungan sekolah.

Implikasi kegiatan ini adalah meningkatnya pemahaman mitra mengenai pentingnya penyediaan menu yang bergizi seimbang sebagai bagian dari upaya mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan pembentukan kebiasaan makan sehat pada anak usia pra-sekolah. Selain itu, rekomendasi yang diberikan diharapkan dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam penyusunan siklus menu sehingga mutu pelayanan penyelenggaraan makanan di YPI Ulul Albab Jember semakin optimal.

Kegiatan ini memiliki keterbatasan karena dilaksanakan dalam bentuk satu kali edukasi sehingga belum dapat mengevaluasi perubahan praktik penyelenggaraan makanan dalam jangka panjang. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pendampingan dan evaluasi berkala terhadap implementasi menu serta analisis kandungan gizi secara periodik untuk memastikan rekomendasi yang telah diberikan dapat diterapkan secara konsisten dan memberikan dampak yang berkelanjutan terhadap kualitas penyelenggaraan makanan bagi anak pra-sekolah.

Daftar Pustaka

- Agustin, H., & Musfirah, M. (2023). Creating a health promotion university through healthy canteen development in a private university. *International Journal of Public Health Science (Ijphs)*, 12(4), 1779. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v12i4.22970>
- Blanquer-Genovart, M., Manera-Bassols, M., Salvador-Castell, G., Cunillera, O., & Castell-Abat, C. (2022). School Menu Review Programme (PReME): evaluation of compliance with dietary recommendations during the period 2006–2020 in Catalonia. *BMC Public Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14571-1>
- Clark, D. C., Cifelli, C. J., & Pikosky, M. A. (2020). Growth and Development of Preschool Children (12–60 Months): A Review of the Effect of Dairy Intake. *Nutrients*, 12(11), 3556. <https://doi.org/10.3390/nu12113556>
- Duncanson, K., Lee, Y. Q., Burrows, T., & Collins, C. E. (2016). Utility of a brief index to measure diet quality of Australian preschoolers in the Feeding Healthy Food to Kids Randomised Controlled Trial. *Nutrition & Dietetics*, 74(2), 158–166. <https://doi.org/10.1111/1747-0080.12295>
- Eaton, J., Rothpletz-Puglia, P., Dreker, M. R., Iannotti, L., Lutter, C., Kaganda, J., & Rayco-Solon, P. (2019). Effectiveness of provision of animal-source foods for supporting optimal growth and development in children 6 to 59 months of age. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2019(5). <https://doi.org/10.1002/14651858.cd012818.pub2>

- Fewtrell, M., Bronský, J., Campoy, C., Domellöf, M., Embleton, N. D., Mis, N. F., Hojsak, I., Hulst, J. M., Indrio, F., Lapillonne, A., & Mølgaard, C. (2017). Complementary Feeding. *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, 64(1), 119–132. <https://doi.org/10.1097/mpg.0000000000001454>
- Hilger, J., Goerig, T., Weber, P., Hoeft, B., Eggersdorfer, M., Carvalho, N., Goldberger, U., & Hoffmann, K. (2015). Micronutrient Intake in Healthy Toddlers: A Multinational Perspective. *Nutrients*, 7(8), 6938–6955. <https://doi.org/10.3390/nu7085316>
- Iannotti, L., García, A. M. R., Palma, G., Fontaine, F., Scherf, B., Neufeld, L. M., Zimmerman, R., & Fracassi, P. (2024). Terrestrial Animal Source Foods and Health Outcomes for Those with Special Nutrient Needs in the Life Course. *Nutrients*, 16(19), 3231. <https://doi.org/10.3390/nu16193231>
- Lozano, D., Abenoza, M., Bayarri, S., & Lázaro, R. (2025). Diet Quality and Nutritional Assessment of Menus Served in Spanish Defense Ministry Preschool Canteens. *Nutrients*, 17(4), 661. <https://doi.org/10.3390/nu17040661>
- Miller, L. C., Neupane, S., Joshi, N., & Lohani, M. (2020). MILK Symposium review: Milk consumption is associated with better height and weight in rural Nepali children over 60 months of age and better head circumference in children 24 to 60 months of age. *Journal of Dairy Science*, 103(11), 9700–9714. <https://doi.org/10.3168/jds.2020-18289>
- Myszkowska-Ryciak, J., & Harton, A. (2018). Implementation of Dietary Reference Intake Standards in Preschool Menus in Poland. *Nutrients*, 10(5), 592. <https://doi.org/10.3390/nu10050592>
- Nguyen, P. H., Young, M., Tran, L. M., Long, K. Q., Duong, T. H., Nguyen, H. C., Truong, T. V., DiGirolamo, A., Martorell, R., & Ramakrishnan, U. (2021). Preconception micronutrient supplementation positively affects child intellectual functioning at 6 y of age: A randomized controlled trial in Vietnam. *American Journal of Clinical Nutrition*, 113(5), 1199–1208. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa423>
- O'Halloran, S., Lacy, K. E., Grimes, C., Campbell, K., & Nowson, C. (2018). Sodium Content of Lunches and Snacks Provided in Australian Long Day Care Centres: A Cross-Sectional Study. *Nutrients*, 10(3), 284. <https://doi.org/10.3390/nu10030284>
- Orzeł, A., Sieniawska, J., Sieniawska, D., Proszowska, P., Kotowicz, Z., Pich-Czekierda, A., & Madoń, M. (2024). Vegetarian Diet in Children: Benefits, Drawbacks and Risks. *Journal of Education Health and Sport*, 64, 221–246. <https://doi.org/10.12775/jehs.2024.64.015>
- Porter, A., Kipping, R., Summerbell, C., Dobrescu, A., & Johnson, L. (2020). What guidance is there on portion size for feeding preschool-aged children (1 to 5 years) in the United Kingdom and Ireland? A systematic grey literature review. *Obesity Reviews*, 21(7). <https://doi.org/10.1111/obr.13021>
- Prima, S. D., Dinh, D. N., Reurings, D. D., Wright, P., Essink, D., & Broerse, J. E. W. (2022). Home-Grown School Feeding: Implementation Lessons From a Pilot in a Poor Ethnic Minority Community in Vietnam. *Food and Nutrition Bulletin*, 43(3), 271–302. <https://doi.org/10.1177/03795721221088962>
- Zaharia, S., Ghosh, S., Shrestha, R., Manohar, S., Thorne-Lyman, A., Bashaasha, B., Kabunga, N., Gurung, S., Namirembe, G., Appel, K. H., Liang, L., & Webb, P. (2021). Sustained intake of animal-sourced foods is associated with less stunting

in young children. *Nature Food*, 2(4), 246–254. <https://doi.org/10.1038/s43016-021-00259-z>