



STRATEGI PEMBERIAN MPASI

01

TEpat waktu

Berikan MPASI ketika ASI saja tidak cukup memenuhi kebutuhan bayi (usia 6 bulan)

02

adeKuat

MPASI yang diberikan memenuhi kebutuhan energi, protein, dan mikronutrien anak

03

Aman higienis

Proses persiapan dan pembuatan MPASI menggunakan cara, bahan, dan alat yang aman serta higienis

04

Diberikan secara responsif

MPASI diberikan secara konsisten sesuai dengan sinyal lapar atau kenyang dari anak

Kenali

TEKAD

Tahapan MPASI

Usia	Frekuensi	Jumlah	Tekstur	Jenis
6 Bulan	2 Kali	2 - 3 Sendok	Bubur kental	- Makanan pokok : nasi, ubi, sagu - Lauk hewani : ikan, telur, hati, ayam, daging - Lauk nabati : tempe, tahu, kacang - Sayuran dan buah - Selingan : bubur kacang hijau, pisang, biscuit, kue tradisional
6 - 9 Bulan	2 - 3 Kali makan 1 - 2 Kali selingan	½ Mangkuk ukuran 250 ml	Bubur kental	
9 - 12 Bulan	3 - 4 Kali makan 1 - 2 Kali selingan	½ Mangkuk ukuran 250 ml	Dicincang halus atau kasar	
12 - 24 Bulan	3 - 4 Kali makan 1 - 2 Kali selingan	¾ Mangkuk ukuran 250 ml	Makanan keluarga yang dihaluskan	