

KONSUMSI PANGAN KABUPATEN SAMOSIR TAHUN 2025



**DINAS KETAHANAN PANGAN DAN PERTANIAN
KABUPATEN SAMOSIR**

KATA PENGANTAR

Data Konsumsi pangan berbasis Pola Pangan Harapan (PPH) memberikan informasi yang dapat digunakan sebagai bahan bagi perencanaan pangan, diantaranya tingkat konsumsi energi dan protein, serta kualitas dan kuantitas konsumsi pangan. Untuk menyediakan kebutuhan data dan informasi tersebut, Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian Kabupaten Samosir menerbitkan Publikasi Konsumsi Pangan Kabupaten Samosir Tahun 2025.

Publikasi ini kami harapkan dapat memberikan gambaran situasi konsumsi pangan penduduk Kabupaten Samosir sebagai lokus wilayah intervensi program dan kegiatan, khususnya dalam hal peningkatan kualitas konsumsi pangan. Data/informasi konsumsi pangan serta kebijakan dan program peningkatan kualitas konsumsi pangan penduduk menggunakan pendekatan Pola Pangan Harapan (PPH).

Semoga Publikasi Konsumsi Pangan Kabupaten Samosir 2025 ini dapat bermanfaat dan berguna bagi berbagai pihak yang membutuhkannya, khususnya yang terkait dengan sektor pangan. Terimakasih dan apresiasi disampaikan kepada seluruh pihak yang turut serta dalam penyusunan publikasi ini.

Terwujudnya konsumsi pangan yang berkualitas menjadi tujuan pembangunan nasional. Oleh karenanya, tetaplah selalu mengonsumsi pangan yang Beragam, Bergizi Seimbang dan Aman (B2SA).

Panguruan, 30 Desember 2025

**Kepala Dinas Ketahanan Pangan
dan Pertanian,**



**Dr. TUMILUR GULTOM, S.P.,M.P
PEMBINA (VI.a)
NIP.196807162005012001**

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	ii
DAFTAR BAGAN	iv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. TUJUAN	3
C. KONSEP DAN DEFENISI	3
BAB II METODOLOGI	5
A. Ruang Lingkup Data Konsumsi Pangan Berbasis Data Susenas	5
B. Sumber Data	5
C. Metode Pengolahan Data	5
1. Konsumsi Pangan Penduduk (gram/kap/hari dan kilogram/kap/tahun)	5
2. Pengelompokan Konsumsi Pangan	6
3. Konsumsi Energi Penduduk (kkal/kap/hari)	6
4. Konsumsi Protein Penduduk (gram protein/kap/hari)	7
5. Skor Pola Pangan Harapan (PPH)	8
BAB. III KOMPOSISI PANGAN BERDASARKAN POLA PANGAN HARAPAN (PPH)	9
Situasi Konsumsi Pangan Aktual.....	10
BAB. IV KESIMPULAN DAN SARAN	17
4.1 KESIMPULAN	17
4.2 SARAN	18
BAB. V PENUTUP	19
LAMPIRAN	20

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Komposisi Pangan Berdasarkan Pola Pangan Harapan	9
Tabel 2. Jenis Pangan menurut berat, kalori dan protein Kabupaten Samosir 2025	10
Tabel 3. Kelompok Pangan menurut Konsumsi Kalori, Protein, Skor PPH	11
Tabel 4. Kualitas dan Kuantitas Konsumsi Pangan Berdasarkan Kuintil Pengeluaran Tahun 2025	12
Tabel 5. Kontribusi Pangan Startegis menurut kelompok pangan.....	13
Tabel 6. Data Kecukupan Asupan Menurut Kelompok Pangan	14
Tabel 7. Target dan Realisasi Kualitas Konsumsi Pangan 2025 Berdasarkan Renstra Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian Kab. Samosir dan Renstra Badan Pangan Nasional	16

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Gambaran Kualitas Konsumsi Penduduk Kabupaten Samosir 2025	11
Bagan 2. Skor PPH berdasarkan Kuintil Pengeluaran Pangan	12
Bagan 3. Konsumsi Energi berdasarkan Kuintil Pengeluaran Pangan	12
Bagan 4. Konsumsi Protein berdasarkan Kuintil Pengeluaran Pangan	13
Bagan 5. Perkembangan Skor PPH Kabupaten Samosir 2024-2025	16

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pemanfaatan data konsumsi pangan dalam perencanaan pangan menjadi sangat penting, mengingat data tersebut dapat digunakan untuk mengestimasi permintaan pangan sebagai cerminan preferensi, ketersediaan dan daya beli aktualnya. Disamping itu, data konsumsi pangan dapat digunakan sebagai instrumen evaluasi pencapaian ketahanan pangan dari sisi konsumsi (tingkat konsumsi, dan skor PPH), serta evaluasi kemampuan produksi domestik untuk memenuhi kebutuhan konsumsi pangan masyarakat.

Data konsumsi pangan yang di olah Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian Kabupaten Samosir menggunakan data yang bersumber dari hasil Susenas-BPS yang diterbitkan secara periodik. Data konsumsi hasil Susenas mencakup jenis dan jumlah pangan yang umum dikonsumsi oleh rumah tangga di wilayah Kabupaten Samosir untuk memberikan informasi tentang konsumsi pangan secara umum, maupun komoditas pangan utama yang dikonsumsi masyarakat berdasarkan wilayah. Informasi tersebut dapat digunakan sebagai bahan bagi perencanaan pangan, seperti tingkat konsumsi energi dan protein, kualitas konsumsi pangan (komposisi dan keseimbangannya), perilaku konsumsi pangan dan kebutuhan konsumsi pangan.

Data konsumsi pangan tingkat Kabupaten Samosir ditinjau berdasarkan aspek kuantitatif dan kualitatif, melalui perhitungan konsumsi energi dan protein berdasarkan angka kecukupan zat gizi yang dianjurkan bagi penduduk Indonesia. Angka kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan bagi penduduk Indonesia merupakan

kecukupan rata-rata zat gizi sehari bagi hampir semua orang sehat menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, aktifitas fisik dan keadaan fisiologis untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. Dalam buku ini, AKG yang digunakan merupakan asupan rata-rata sehari yang dikonsumsi oleh populasi dan bukan merupakan kecukupan gizi perorangan/individu. Di Indonesia, AKG dirumuskan dalam forum Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) yang telah diselenggarakan sejak tahun 1978. Analisis konsumsi pangan level Kabupaten berdasarkan data susenas 2025 menggunakan Angka Kecukupan Energi anjuran sebesar 2.100 kkal dan Angka Kecukupan Protein 57 gram (berdasarkan AKG hasil WNPG Tahun 2018; Permenkes 28/2019).

Penilaian terhadap konsumsi pangan penduduk secara kuantitas dapat ditunjukkan melalui volume konsumsi pangan penduduk (kkal/kap/hari), dan konsumsi protein penduduk (gram protein/kap/hari). Salah satu indikator yang digunakan dalam menilai kualitas konsumsi pangan adalah Pola Pangan Harapan (PPH). PPH merupakan susunan beragam pangan yang didasarkan atas proporsi keseimbangan energi dari berbagai kelompok pangan untuk memenuhi kebutuhan gizi, baik dalam jumlah maupun mutu dengan mempertimbangkan aspek daya terima, ketersediaan pangan, ekonomi, budaya dan agama. Adapun kelompok pangan tersebut mencakup; (1) padi-padian, (2) umbi-umbian, (3) pangan hewani, (4) minyak dan lemak, (5) buah/biji berminyak, (6) kacang-kacangan, (7) gula, (8) sayur dan buah, serta (9) lain-lain.

B. TUJUAN

Buku ini disusun dengan tujuan untuk :

1. Menyediakan data dan informasi konsumsi energi, protein dan skor Pola Pangan Harapan (PPH) Kabupaten Samosir Tahun 2025
2. Meyajikan data dan informasi konsumsi pangan per kelompok pangan di Kabupaten Samosir 2025.

C. KONSEP DAN DEFENISI

1. Konsep Pangan

Adalah jenis dan jumlah pangan (baik bentuk asal maupun olahan) yang dikonsumsi oleh seseorang/penduduk dalam jangka waktu tertentu (maupun konsumsi normatif) untuk hidup sehat dan produktif.

2. Angka Kecukupan Gizi

Adalah rata-rata asupan zat gizi sehari yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bagi hampir semua orang sehat (97,5%) menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh aktifitas fisik, dan keadaan fisiologis untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal.

3. Tingkat Konsumsi energi

Adalah perbandingan antara banyaknya energi yang dikonsumsi (kalori) terhadap kecukupan energi, dalam satuan %AKG.

4. Pola Pangan Harapan

Adalah susunan pangan yang beragam didasarkan atas proporsi keseimbangan energi menurut kelompok pangan untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi, baik dalam jumlah maupun mutu dengan mempertimbangkan aspek daya terima, ketersediaan pangan, ekonomi,

budaya dan agama. Kualitas konsumsi pangan penduduk dapat dicerminkan dari besaran skor pola pangan harapan. Skor PPH maksimal adalah 100.

5. Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas)

Adalah survei yang dirancang BPS untuk mengumpulkan data sosial kependudukan yang relatif sangat luas, mencakup data sosial ekonomi dan pemenuhan kebutuhan hidup seperti sandang, pangan, papan, pendidikan, kesehatan, keamanan dan kesempatan kerja.

6. Susenas Modul Konsumsi/Pengeluaran Rumah Tangga

Adalah data rinci (modul) tentang seluruh konsumsi/pengeluaran dan pendapatan rumah tangga, baik konsumsi makanan maupun bukan makanan hasil Susenas.

7. Kuintil pengeluaran adalah pengelompokan pengeluaran suatu populasi (biasanya rumah tangga atau individu) menjadi 5 kelompok dengan ukuran yang sama besar (masing-masing 20%) berdasarkan tingkat pengeluaran populasi tersebut.

BAB II

METODOLOGI

A. Ruang Lingkup Data Konsumsi Pangan Berbasis Data Susenas

Data Susenas modul konsumsi/pengeluaran mencakup data rinci (modul) tentang seluruh konsumsi/pengeluaran dan pendapatan rumah tangga, baik konsumsi makanan maupun bukan makanan. Penggunaan data konsumsi/pengeluaran yang digunakan dalam direktori kabupaten/kota ini merupakan data konsumsi/pengeluaran Susenas Triwulan I (Bulan Februari) level data kabupaten/kota. Cakupan responden Susenas adalah anggota rumah tangga biasa, yang diwawancarai langsung dengan metode recall konsumsi pangan seminggu. Jenis data modul konsumsi/pengeluaran Susenas mencakup kuantitas dan nilai konsumsi makanan, minuman dan tembakau baik dari pembelian maupun produksi sendiri atau pemberian yang terbagi ke dalam 14 kelompok. Jumlah komoditi Susenas tahun 2025 mencakup 225 komoditas. Kelompok tembakau dan sirih tidak memperhitungkan dalam buku ini.

B. Sumber Data

Data yang digunakan dalam penyusunan direktori ini adalah data sekunder hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenat) bersumber dari BPS. Data dasar Susenas yang digunakan adalah data modul konsumsi dan pengeluaran 2025 triwulan I (Susenas pendataan pada Februari disebabkan Maret 2025 bertepatan dengan bulan Ramadhan yang dapat mempengaruhi pola konsumsi rumah tangga).

C. Metode Pengolahan Data

Secara umum, beberapa metodologi yang digunakan dalam perhitungan konsumsi pangan yaitu sebagai berikut:

1. Konsumsi Pangan Penduduk (gram/kap/hari dan kilogram/kap/tahun)

Konsumsi pangan penduduk dihitung dengan menjumlahkan bahan pangan per jenis komoditas, baik bentuk asal maupun olahannya. Untuk bahan

pangan olahan, sebelum dijumlahkan terlebih dahulu dikonversikan ke bentuk asalnya menggunakan angka konversi yang telah ditetapkan.

2. Pengelompokan Konsumsi Pangan

Besarnya konsumsi pangan penduduk dihitung dengan menjumlahkan konsumsi pangan yang disiapkan/dimasak dirumah tangga dan konsumsi yang berasal dari makanan jadi/makanan jajanan serta konsumsi lainnya. Untuk konsumsi pangan yang berasal dari konsumsi lainnya dan makanan jadi, penjumlahan dilakukan setelah dikonversi ke bentuk asalnya.

Sebagai contoh:

Konsumsi beras, penjumlahan dari:

{Konsumsi beras yang dimasak dirumah tangga (beras, beras ketan, tepung beras)} + {konsumsi lainnya (bihun, bubur bayi dan kue basah)} + {makanan jadi (nasi campur, nasi goreng, lontong sayur, nasi putih dan bubur ayam)}

Konsumsi singkong, penjumlahan dari :

{Konsumsi beras singkong yang dimasak dirumah tangga (singkong, gaplek)} + {konsumsi lainnya (kerupuk)}

3. Konsumsi Energi Penduduk (kkal/kap/hari)

Total konsumsi energi penduduk diperoleh dari penjumlahan konsumsi energi dari sembilan kelompok pangan. Konsumsi energi setiap kelompok pangan diperoleh dari penjumlahan konsumsi energi dari jenis pangan pada kelompok tersebut. Perhitungan konsumsi energi masing-masing jenis pangan diperoleh dari perkalian antara jumlah (gram) pangan yang dikonsumsi dengan kandungan energi setiap jenis pangan tersebut.

Pada penghitungan konsumsi energi dan protein yang disajikan dalam direktori ini menggunakan standar angka kecukupan berdasarkan Permenkes Nomor 28 Tahun 2019, yaitu AKE = 2.100 kkal/kap/hari dan AKP = 57

gram/kap/hari. Melalui data konsumsi energi penduduk dapat diketahui Tingkat Konsumsi Energi (TKE). Tingkat Konsumsi Energi (TKE) diperoleh dari perbandingan antara total konsumsi energi penduduk terhadap Angka Kecukupan Energi (AKE) sebesar 2.100 kkal/kap/hari.

Misal : Konsumsi energi penduduk Indonesia yang disajikan tahun 2021 adalah 2.143 kkal/kap/hari.

$$\begin{aligned} \text{TKE} &= 2.143/2.100 \times 100\% \text{ (terhadap AKE 2100 kkal/kap/hari)} \\ &= 102,1\% \end{aligned}$$

4. Konsumsi Protein Penduduk (gram protein/kap/hari)

Total konsumsi protein penduduk diperoleh dari penjumlahan konsumsi protein dari sembilan kelompok pangan. Konsumsi protein setiap kelompok pangan diperoleh dari penjumlahan konsumsi protein dari jenis pangan pada kelompok tersebut. Penghitungan konsumsi protein masing-masing jenis pangan diperoleh dari perkalian antara jumlah (gram) pangan yang dikonsumsi dengan kandungan protein setiap jenis pangan tersebut.

Melalui data konsumsi protein penduduk dapat diketahui:

a. Tingkat Konsumsi Protein (TKP)

Tingkat Konsumsi Protein diperoleh dari perbandingan antara konsumsi protein penduduk terhadap Angka Kecukupan Protein sebesar 57 gram/kap/hari.

Misal : Konsumsi protein penduduk Indonesia tahun 2021 adalah 62,3 gram/kap/hari.

$$\begin{aligned} \text{TKP} &= 62,3/57 \times 100\% \text{ (terhadap AKP 57 gram protein/hari)} \\ &= 109,3\% \end{aligned}$$

b. Konsumsi Protein Hewani dan Nabati

Konsumsi protein hewani merupakan konsumsi protein yang berasal dari kelompok pangan hewani. Sedangkan konsumsi protein nabati, merupakan konsumsi protein yang berasal dari 8 (delapan) kelompok pangan lainnya, yaitu padi-padian, umbi-umbian, minyak dan lemak, buah/biji berminyak, kacang-kacangan, gula, sayur dan buah, serta lain-lain.

WNPG X tahun 2012 merekomendasikan proporsi Konsumsi Protein nabati 35 gram/kap/hari dan Protein hewani 22 gram/kap/hari

5. Skor Pola Pangan Harapan (PPH)

Skor PPH merupakan indikator mutu gizi dan keragaman konsumsi pangan sehingga dapat digunakan untuk merencanakan kebutuhan konsumsi pangan. Skor PPH maksimal adalah 100. Semakin tinggi skor PPH, maka semakin beragam dan seimbang konsumsi pangan penduduk. Penghitungan skor Pola Pangan Harapan Kabupaten Samosir menggunakan komposisi Pola Pangan Harapan Nasional.

BAB. III

KOMPOSISI PANGAN BERDASARKAN POLA PANGAN HARAPAN (PPH)

Skor Pola Pangan Harapan (PPH) merupakan indikator mutu gizi dan keragaman konsumsi pangan sehingga dapat digunakan untuk merencanakan kebutuhan konsumsi pangan. Skor PPH adalah 100. Semakin tinggi skor PPH, maka konsumsi pangan penduduk semakin beragam dan bergizi seimbang. Dalam penyusunan komposisi PPH perlu mempertimbangkan : 1) kecukupan gizi, 2) keragaman pola konsumsi, 3) preferensi konsumsi pangan penduduk, 4) potensi wilayah, 5) kondisi sosial ekonomi, misalnya pendapatan (daya beli) serta memperhatikan Angka Kecukupan Gizi (AKG).

Tabel 1. Komposisi Pangan Berdasarkan Pola Pangan Harapan

No	Kelompok Pangan	Komposisi Pola Pangan Harapan Nasional							%AKG (FAO- RAPA)
		WNPG VIII, 2014		WNPG XI, 2018		%AKG	Bobot	Skor PPH	
		Gram/ Hari	Energi (kkal)	gram/ hari	Energi (kkal)				
1	Padi-padian	275	1000	289	1050	50,0	0,5	25,0	40,0 - 60,0
2	Umbi-umbian	100	120	105	126	6,0	0,5	2,5	0,0 - 8,0
3	Pangan Hewani	150	240	157	252	12,0	2,0	24,0	5,0 - 20,0
4	Minyak dan Lemak	20	200	21	210	10,0	0,5	5,0	5,0 - 15,0
5	Buah/Biji Berminyak	10	60	11	63	3,0	0,5	1,0	0,0 - 3,0
6	Kacang-kacangan	35	100	37	105	5,0	2,0	10,0	2,0 - 10,0
7	Gula	30	100	31	105	5,0	0,5	2,5	2,0 - 15,0
8	Sayur dan Buah	250	120	262	126	6,0	5,0	30,0	3,0 - 8,0
9	Lain-lain	-	60	-	63	3,0	0,0	0,0	0,0 - 8,0
	Jumlah		2000	-	2100	100	-	100	

- 1) AKE di tingkat konsumsi adalah 2.000 kkal/kap/hari (Berdasarkan Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VIII, 2014)
- 2) AKE di tingkat konsumsi adalah 2.100 kkal/kap/hari (Berdasarkan Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi XI, 2018)
- 3) Bobot kelompok pangan digunakan untuk perhitungan skor PPH nasional
- 4) Data diolah oleh GMSK-IPB dan Pusat Konsumsi dan Keamanan Pangan 2004

Situasi Konsumsi Pangan Aktual

Tabel 2. Jenis Pangan menurut berat, kalori dan protein Kabupaten Samsir 2025

JENIS PANGAN		Berat (gram/kap/hari)	Konsumsi Energi (kkal/kap/hari)	Konsumsi Protein (gram protein/kap/hari)
	Beras	323,58	1173,78	27,22
	Jagung	2,55	4,21	0,12
	Terigu	31,40	185,12	3,49
	Singkong	47,50	61,08	0,44
	Ubi Jalar	4,21	8,63	0,09
	Kentang	12,22	6,37	0,22
	Sagu	,02	,05	0,00
	Umbi Lainnya	2,29	2,61	0,04
	Daging Ruminansia	17,97	74,24	2,91
	Daging Unggas	24,36	74,69	5,70
	Telur	22,51	31,03	2,43
	Susu	7,29	29,84	1,32
	Ikan	128,81	143,74	25,85
	Minyak Kelapa	,00	,02	0,00
	Minyak Sawit	29,13	262,79	0,00
	Minyak Lainnya	2,15	17,76	0,04
	Kelapa	2,59	13,83	0,13
	Kemiri	2,10	13,38	0,40
	Kacang Kedelai	14,66	40,48	3,87
	Kacang Tanah	,34	1,43	0,08
	Kacang Hijau	,71	1,29	0,10
	Kacang lain	1,04	2,49	0,09
	Gula Pasir	29,72	105,44	0,36
	Gula Merah	,46	1,74	0,01
	Sayur	157,25	61,48	3,40
	Buah	144,05	90,80	1,22
	Minuman	82,52	58,38	1,99
	Bumbu	16,88	9,19	0,19

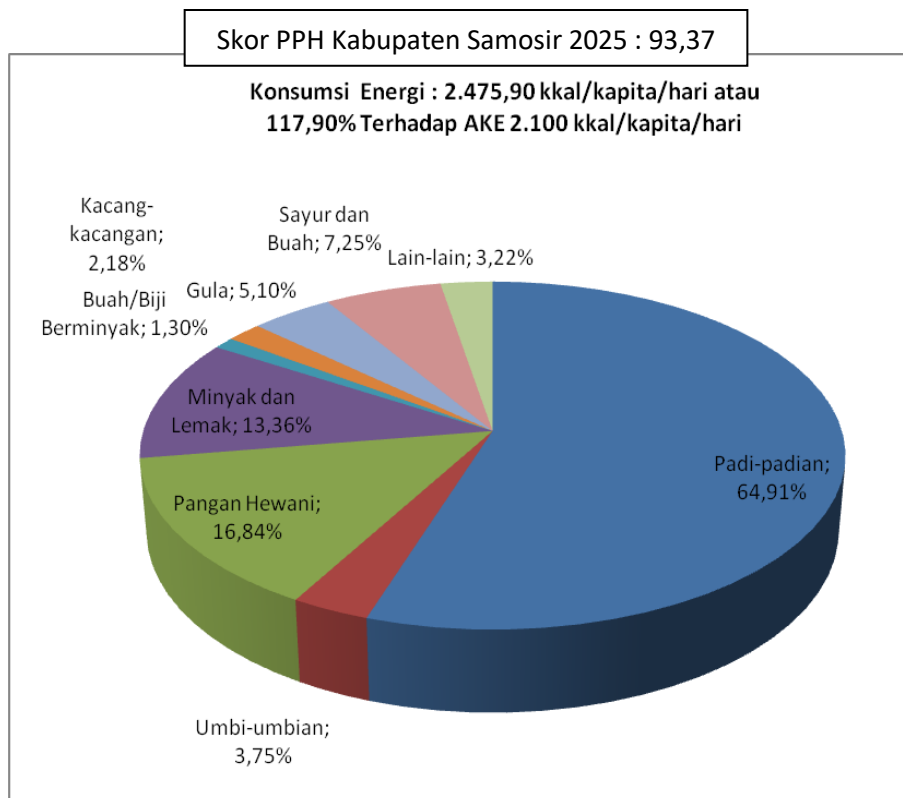
Sumber : SUSENAS 2025 BPS

Tabel 3. Kelompok Pangan menurut Konsumsi Kalori, Protein, Skor PPH Kabupaten Samsir Tahun 2025

No	Kelompok Pangan	% AKE Ideal	% AKE	Konsumsi Energi (kkal/kap/hari)	Berat (gram/kap/hari)	Konsumsi Protein (gram protein/kap/hari)	SKOR PPH
1	Padi-padian	50,00	64,91	1363,11	357,53	30,83	25,00
2	Umbi-umbian	6,00	3,75	78,73	66,24	0,78	1,87
3	Pangan Hewani	12,00	16,84	353,55	200,94	38,21	24,00
4	Minyak dan Lemak	10,00	13,36	280,57	31,29	0,04	5,00
5	Buah/Biji Berminyak	3,00	1,30	27,21	4,69	0,53	,65
6	Kacang-kacangan	5,00	2,18	45,69	16,74	4,15	4,35
7	Gula	5,00	5,10	107,19	30,18	0,38	2,50
8	Sayur dan Buah	6,00	7,25	152,29	301,30	4,63	30,00
9	Lain-lain	3,00	3,22	67,57	99,41	2,18	0,00
	TOTAL	100,00	117,90	2475,90		81,71	93,37

Sumber : Susenas 2025 BPS
 *)Skor PPH berdasarkan Angka Kecukupan Energi 2.100 kkal/kap/hari

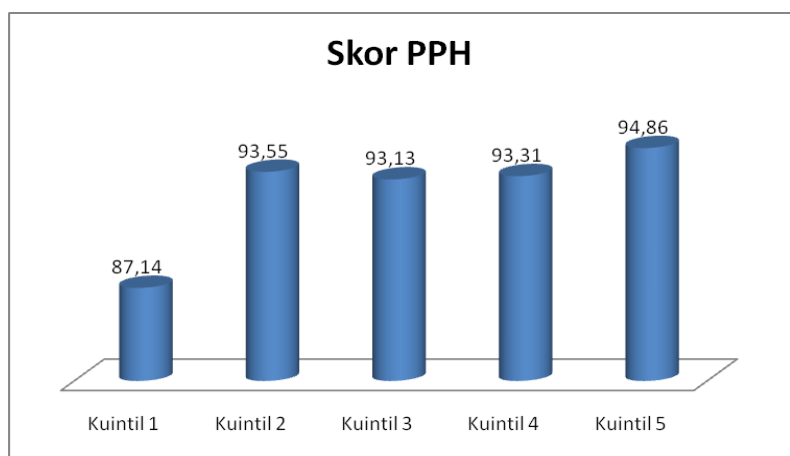
Bagan 1. Gambaran Kualitas Konsumsi Penduduk Kabupaten Samsir 2025



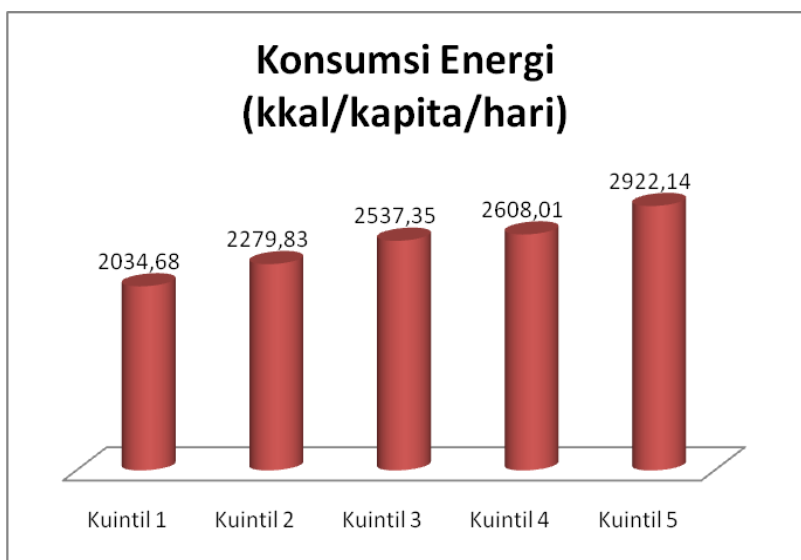
Tabel 4. Kualitas dan Kuantitas Konsumsi Pangan Berdasarkan Kuintil Pengeluaran Tahun 2025

	Konsumsi Energi (kkal/kapita/hari)	Konsumsi Protein (gram/kapita/hari)	Skor PPH
Kuintil 1	2034,68	65,44	87,14
Kuintil 2	2279,83	72,88	93,55
Kuintil 3	2537,35	84,15	93,13
Kuintil 4	2608,01	87,29	93,31
Kuintil 5	2922,14	98,91	94,86

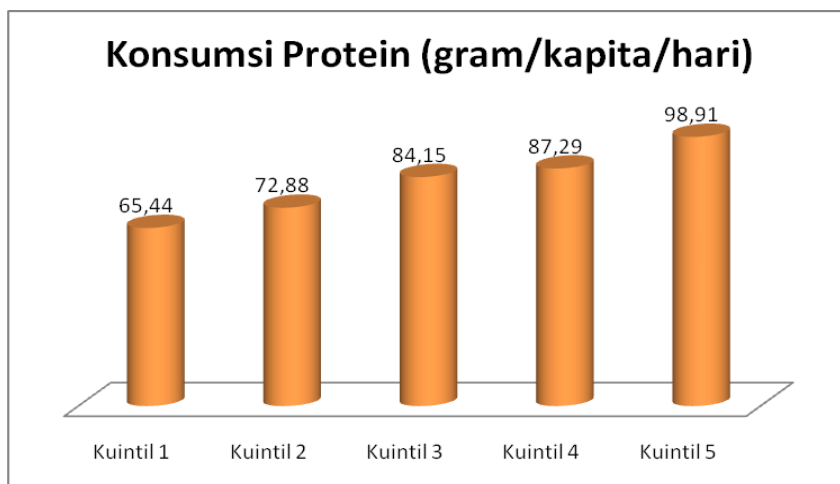
Bagan 2. Skor PPH berdasarkan Kuintil Pengeluaran Pangan



Bagan 3. Konsumsi Energi berdasarkan Kuintil Pengeluaran Pangan



Bagan 4. Konsumsi Protein berdasarkan Kuintil Pengeluaran Pangan



Rumah tangga di kuintil 1 cenderung memiliki perbedaan skor dengan kuintil 2, 3, 4 dan 5.

Rumah tangga di kuintil 1 memiliki angka konsumsi energi dibawah angka kecukupan energi

Rumah tangga di kuintil 1, 2, dan 3. Memiliki angka konsumsi protein dominan dari pangan nabati sedangkan kuintil 4 dan 5 telah mengkonsumsi protein dari pangan yang lebih beragam

Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan akses pangan bergizi yang perlu segera diatasi.

Tabel 5. Kontribusi Pangan Startegis menurut kelompok pangan

No	Kelompok Pangan	Rata-Rata Konsumsi		Kontribusi Pangan Strategis		
		gr/hari	kcal/hari	Jenis Pangan	kcal/hari	%
1.	Padi-padian	357,53	1363,11	Beras	1173,78	86,11
2.	Umbi-umbian	66,24	78,73	Singkong	61,08	77,58
3.	Pangan Hewani	200,94	353,55	Ikan	143,74	40,65
4.	Minyak dan Lemak	31,29	280,57	Minyak Sawit	262,79	93,66
5.	Buah/Biji Berminyak	4,69	27,21	Kelapa	13,83	50,82
6.	Kacang-kacangan	16,74	45,69	Kacang Kedelai	40,48	88,59
7.	Gula	30,18	107,19	Gula Pasir	105,44	98,36
8.	Sayur dan Buah	301,30	152,29	Buah	90,80	59,62
9.	Lain-lain	99,41	67,57	Minuman	58,38	86,39

Kontribusi pangan strategis dari kelompok Padi-padian didominasi oleh beras 86,11%, kelompok umbi-umbian yaitu singkong 77,58%, pangan hewani didominasi oleh ikan 40,65%, minyak dan lemak adalah minyak sawit 93,66%, buah biji berminyak adalah kelapa 50,82%, kacang-kacangan adalah kacang kedelai 88,59%, sayur dan buah adalah didominasi buah 59,62% dan kelompok pangan lain-lain adalah Minuman 86,39%.

Tabel 6. Data Kecukupan Asupan Menurut Kelompok Pangan

No	Kelompok Pangan	Konsumsi Per Kapita		Estimasi Ideal Per Kapita		Gap Kuantitas	
		gr/hari	kcal/hari	gr/hari	kcal/hari	gr/hari	kcal/hari
1.	Padi-padian	357,53	1363,11	289	1050	68,53	313,11
2.	Umbi-umbian	66,24	78,73	105	126	-38,76	-47,27
3.	Pangan Hewani	200,94	353,55	157	252	43,94	101,55
4.	Minyak dan Lemak	31,29	280,57	21	210	10,29	70,57
5.	Buah/Biji Berminyak	4,69	27,21	11	63	-6,31	-35,79
6.	Kacang-kacangan	16,74	45,69	37	105	-20,26	-59,31
7.	Gula	30,18	107,19	31	105	-0,82	-2,19
8.	Sayur dan Buah	301,30	152,29	262	126	39,3	26,29
9.	Lain-lain	99,41	67,57	0	63	99,41	4,57

Konsumsi kelompok pangan yang berlebihan ada pada kelompok padi-padian yaitu sebesar 68,53 gr/hari dimana beras masih dianggap satu-satunya bahan pangan penyumbang energi terlengkap. Kini masyarakat masih sering beranggapan bahwa belum kenyang bila masih belum makan nasi.

Konsumsi Pangan hewani lebih 43,94 gr/hari kelompok penyumbang tertinggi berasal dari jenis ikan kemudian daging unggas, daging ruminansia, telur dan susu. Kabupaten Samosir memiliki angka konsumsi ikan yang cukup tinggi berada di angka 128,81 gr/kap/hari baik ikan segar maupun ikan diawetkan.

Konsumsi minyak dan lemak berlebih 10,29 gr/hari, minyak dan lemak didominasi oleh minyak kelapa sawit. Kelebihan konsumsi minyak disebabkan oleh masyarakat yang lebih cenderung menyukai makanan yang digoreng. Angka konsumsi minyak dan lemak sebesar 31,28 gr/kapita/hari.

Konsumsi kelompok pangan sayur dan buah berlebih sebanyak 39,3 gr/hari, angka konsumsi masyarakat terhadap buah lebih tinggi dari pada sayur.

Konsumsi kelompok pangan lain-lain (minuman dan bumbu) lebih 99,41 gr/hari, didominasi oleh minuman, kebiasaan minum kopi, teh, tuak dan minuman botol masih menjadi kebiasaan masyarakat dari setiap kalangan.

Konsumsi Kelompok pangan yang masih kurang dan sangat penting untuk di tingkatkan adalah umbi-umbian dengan kekurangan sebanyak 38,76 gr/hari. Ubi kayu (singkong) merupakan salah satu pangan pokok lokal yang banyak di Samosir. Pemanfaatan dan pengembangan pangan pokok lokal memiliki potensi luas yang harus digalakkan oleh Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian, dengan harapan dapat menggantikan posisi beras sebagai sumber energi utama.

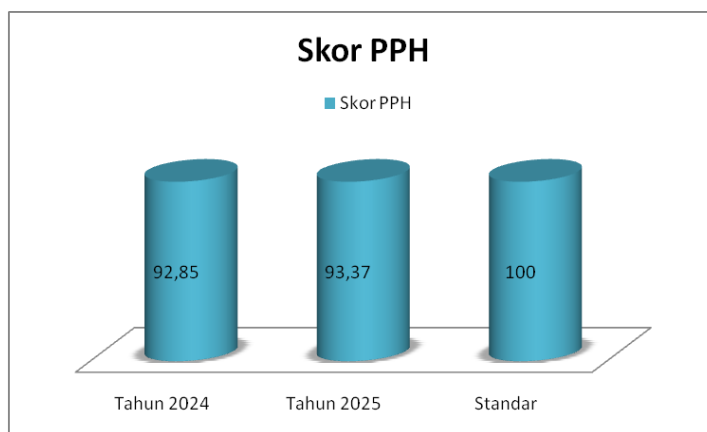
Konsumsi pangan buah biji berminyak kekurangan 6,31 gr/hari, konsumsi terbanyak adalah dari kelapa dan diikuti dengan kemiri.

Konsumsi kacang-kacangan kurang 20,26 gr/hari. Komoditi kacang-kacangan yang di lebih banyak dikonsumsi adalah kacang kedelai atau turunannya seperti tahu dan tempe. Sedangkan konsumsi kacang hijau dan kacang tanah masih rendah.

Tabel 7. Target dan Realisasi Kualitas Konsumsi Pangan 2025 Berdasarkan Renstra Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian Kab. Samosir dan Renstra Badan Pangan Nasional

Indikator	Target 2025	Capaian 2025	Keterangan
Skor PPH Konsumsi	86	93,37	Berdasarkan AKE 2100 kkal/kap/hari
Konsumsi Buah dan Sayur (gram/kap/hari)	245,33	301,30	Konsumsi Tahun 2025 : Sayur : 157,25 gram/kap/hari Buah : 144,05 gram/kap/hari
Konsumsi Pangan Hewani (gram/kap/hari)	129,11	200,94	Konsumsi tahun 2025 : Daging Ruminansia: 17,97 gram/kap/hari Daging Unggas :24,36 gram/kap/hari
Konsumsi Umbi-umbian (gr/kapita/hari)	53,4	66,24	Konsumsi tahun 2025 Singkong : 47,50 gram/kap/hari Ubi jalar : 4,21 gram/kap/hari Kentang : 12,22 gram/kap/hari Sagu :0,2 gram/kap/hari Umbi lainnya: 2,29 gram/kap/hari

Bagan 5. Perkembangan Skor PPH Kabupaten Samosir 2024-2025



Secara umum konsumsi masyarakat terhadap semua jenis bahan makanan telah mendekati kaidah gizi seimbang yaitu beragam dan bergizi, namun tingkat konsumsi masyarakat berdasarkan Kuintil pengeluaran di kuintil 1 dan 2 masih terdapat kesenjangan dalam hal mendapatkan pangan yang beragam, bergizi seimbang dan aman. Untuk mencapai skor harapan ideal, maka Pemerintah Kabupaten Samosir untuk melakukan percepatan penganeekaragaman konsumsi pangan dan gizi berbasis sumber daya lokal.

BAB. IV

KESIMPULAN DAN SARAN

4.1 KESIMPULAN

Berdasarkan data hasil Susenas PPH Tahun 2025 Kabupaten Samosir dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Skor pola pangan harapan Kabupaten Samosir Tahun 2025 adalah 93,37 dengan tingkat keberagaman konsumsi pangan yang baik.
2. Tingkat Konsumsi Energi penduduk Kabupaten Samosir 117,89% yaitu sebesar 2.475,90 kkal/kap/hari melebihi Tingkat Kecukupan Energi ideal di angka 2.100 kkal/kap/hari
3. Tingkat konsumsi Protein penduduk Kabupaten Samosir 143,35% yaitu sebesar 81,71 gr/kap/hari berada diatas Tingkat Kecukupan Protein ideal diangka 57gr/kap/hari.
4. Penyumbang konsumsi energi didominasi oleh kelompok padi-padian yaitu beras dengan angka konsumsi 328,58 gram per hari setara dengan 111,63 Kilogram/kapita/tahun.
5. Masyarakat Kabupaten Samosir memiliki tingkat konsumsi ikan yang tinggi yaitu 128,81 gram per hari setara dengan 44,43 kg/kapita/tahun
6. Konsumsi masyarakat berdasarkan kuintil pengeluaran pada Kuintil 1 dan 2 cenderung memiliki skor PPH dan konsumsi protein hewani yang lebih rendah, hal ini menunjukkan adanya kesenjangan akses pangan bergizi yang perlu segera diatasi.
7. Konsumsi kelompok pangan yang berlebih dan perlu untuk dikurangi adalah padi-padian, pangan hewani, minyak dan lemak serta minuman jadi.

8. Konsumsi kelompok pangan yang masih minim dan perlu di tingkatkan adalah umbi-umbian, buah/biji berminyak, kacang-kacangan, gula, sayur dan buah.

6.2 SARAN

1. Diperlukan kerjasama yang baik antara semua lintas sektoral dalam menangani masalah pangan untuk melakukan penganekaragaman konsumsi pangan yang sehat.
2. Sosialisasi dan promosi pangan beragam, bergizi seimbang dan aman harus tetap dilakukan secara berkelanjutan dan berjenjang di kalangan masyarakat, terutama dikalangan anak usia dini dan anak sekolah/pelajar.
3. Kegiatan percepatan penganekaragaman pangan lokal serta pengembangan pangan alternatif perlu terus digalakkan sehingga masyarakat dapat menerapkan cara mengkonsumsi pangan yang beragam, bergizi dan seimbang serta aman dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga perlahan ketergantungan masyarakat terhadap satu jenis pangan seperti padi-padian (beras dan terigu) dapat berkurang.

BAB. V**PENUTUP**

Demikian laporan Konsumsi Pangan di Kabupaten Samsir Tahun 2025 ini telah dilaksanakan dan berjalan dengan baik. Semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan, khususnya aparat yang menangani ketahanan pangan. Kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan laporan ini diucapkan terima kasih.

Pangururan, 30 Desember 2025

**Kepala Dinas Ketahanan Pangan
dan Pertanian,**



Dr. TUMILUR GULTOM, S.P.,M.P
PEMBINA (M.a)
NIP.196807162005012001

LAMPIRAN

Tabel Skor PPH, konsumsi kalori dan protein, menurut Kabupaten/Kota, 2025

	Kabupaten/Kota	Skor PPH	Konsumsi Energi (kkal/kap/hari)	Konsumsi Protein (gram protein/kap/hari)
		Mean	Mean	Mean
1201	KAB. NIAS	84,59	2079,08	55,74
1202	KAB. MANDAILING NATAL	89,77	2161,11	61,33
1203	KAB. TAPANULI SELATAN	87,80	2106,27	60,87
1204	KAB. TAPANULI TENGAH	88,16	2064,94	62,98
1205	KAB. TAPANULI UTARA	90,94	2248,01	69,32
1206	KAB. TOBA SAMOSIR	93,52	2291,54	72,27
1207	KAB. LABUHAN BATU	87,36	2110,40	62,15
1208	KAB. ASAHAN	93,93	2089,39	64,04
1209	KAB. SIMALUNGUN	94,78	2121,64	64,67
1210	KAB. DAIRI	90,60	2118,70	63,55
1211	KAB. KARO	93,30	2297,64	69,86
1212	KAB. DELI SERDANG	93,83	2041,12	62,10
1213	KAB. LANGKAT	91,12	1977,56	58,09
1214	KAB. NIAS SELATAN	78,46	2009,80	54,36
1215	KAB. HUMBANG HASUNDUTAN	91,47	2234,17	68,60
1216	KAB. PAKPAK BHARAT	88,28	2013,06	61,06
1217	KAB. SAMOSIR	93,37	2475,90	81,71
1218	KAB. SERDANG BEDAGAI	91,85	1971,58	60,35
1219	KAB. BATU BARA	87,71	1953,04	57,68
1220	KAB. PADANG LAWAS UTARA	89,25	2167,87	64,62
1221	KAB. PADANG LAWAS	91,02	2120,81	61,35
1222	KAB. LABUHAN BATU SELATAN	94,68	2136,62	65,10
1223	KAB. LABUHAN BATU UTARA	94,46	2117,98	64,60
1224	KAB. NIAS UTARA	73,83	1968,74	54,37
1225	KAB. NIAS BARAT	75,14	2059,23	55,18
1271	KOTA SIBOLGA	86,25	1886,90	62,82
1272	KOTA TANJUNG BALAI	93,31	2269,41	76,27
1273	KOTA PEMATANG SIANTAR	92,50	1998,74	64,81
1274	KOTA TEBING TINGGI	94,01	2159,95	73,58
1275	KOTA MEDAN	91,49	2000,35	65,76
1276	KOTA BINJAI	89,31	1944,09	60,29
1277	KOTA PADANGSIDIMPUAN	94,51	2097,38	65,29
1278	KOTA GUNUNGSITOLI	82,56	1883,09	57,67

Sumber: Susenas Maret 2025

Tabel Kelompok Pangan menurut Konsumsi Kalori, Protein, Skor PPH, Per Kabupaten, 2025
KABUPATEN/KOTA 1217 KAB. SAMOSIR

		Berat (gram/kap/hari)	Konsumsi Energi (kkal/kap/hari)	Konsumsi Protein (gram protein/kap/hari)	SKOR MAKS	SKOR PPH
		Mean	Mean	Mean	Mean	Mean
KELOMPOK PANGAN	Padi-padian	357,53	1363,11	30,83	25,00	25,00
	Umbi-umbian	66,24	78,73	,78	2,50	1,87
	Pangan Hewani	200,94	353,55	38,21	24,00	24,00
	Minyak dan Lemak	31,29	280,57	,04	5,00	5,00
	Buah/Biji Berminyak	4,69	27,21	,53	1,00	,65
	Kacang-kacangan	16,74	45,69	4,15	10,00	4,35
	Gula	30,18	107,19	,38	2,50	2,50
	Sayur dan Buah	309,59	152,29	4,63	30,00	30,00
	Lain-lain	99,41	67,57	2,18	0,00	0,00

**Tabel Jenis Pangan menurut berat, kalori dan protein, menurut kota desa by Kabupaten,
2025 (versi NAS 95,12)**
KABUPATEN/KOTA 1217 KAB. SAMOSIR

		Berat (gram/kap/hari)	Konsumsi Energi (kkal/kap/hari)	Konsumsi Protein (gram protein/kap/hari)
		Mean	Mean	Mean
JENISPANGAN	Beras	323,58	1173,78	27,22
	Jagung	2,55	4,21	,12
	Terigu	31,40	185,12	3,49
	Singkong	47,50	61,08	,44
	Ubi Jalar	4,21	8,63	,09
	Kentang	12,22	6,37	,22
	Sagu	,02	,05	,00
	Umbi Lainnya	2,29	2,61	,04
	Daging Ruminansia	17,97	74,24	2,91
	Daging Unggas	24,36	74,69	5,70
	Telur	22,51	31,03	2,43
	Susu	7,29	29,84	1,32
	Ikan	128,81	143,74	25,85
	Minyak Kelapa	,00	,02	,00
	Minyak Sawit	29,13	262,79	0,00
	Minyak Lainnya	2,15	17,76	,04
	Kelapa	2,59	13,83	,13
	Kemiri	2,10	13,38	,40
	Kacang Kedelai	14,66	40,48	3,87
	Kacang Tanah	,34	1,43	,08
	Kacang Hijau	,71	1,29	,10
	Kacang lain	1,04	2,49	,09
	Gula Pasir	29,72	105,44	,36
	Gula Merah	,46	1,74	,01
	Sayur	165,54	61,48	3,40
	Buah	144,05	90,80	1,22
	Minuman	82,52	58,38	1,99
	'Bumbu'	16,88	9,19	,19

KABUPATEN/KOTA 1217 KAB. SAMOSIR

		Berat Aktual_awal (gram/kap/hari)	Berat Setara pangan segar (gram/kap/hari)
		Mean	Mean
Kode	PADI-PADIAN	0,00	0,00
Komoditas	Beras (beras lokal, kualitas unggul, impor)	312,68	312,68
	Beras ketan	,12	,12
	Jagung basah degan kulit	4,44	1,73
	Jagung pipilan/beras jagung/jagung titi	,81	,81
	Tepung terigu	2,61	2,61
	Padi-padian lainnya	,04	,04
	UMBI-UMBIAN	0,00	0,00
	Ketela pohon/singkong	41,66	41,66
	Ketela rambat/ubi jalar	3,45	3,45
	Sagu (bukan dari ketela phn)	,02	,02
	Talas/keladi	2,29	2,29
	Kentang	12,22	12,22
	Gaplek	0,00	0,00
	Umbi-umbian lainnya	,01	,01
	IKAN/UDANG/CUMI/KERANG	0,00	0,00
	Ekor kuning	,54	,54
	Tongkol	6,01	6,01
	Tuna	,03	,03
	Cakalang, dencis	6,53	6,53
	Tenggiri	,28	,28
	Selar	,31	,31
	Kembung, lema/tatare, banyar/banyara	1,44	1,44
	Teri basah	,12	,12
	Bandeng	0,00	0,00
	Gabus	,57	,57
	Mujair	49,21	49,21
	Mas	4,62	4,62
	Nila	9,12	9,12
	Lele	3,74	3,74
	Kakap	0,00	0,00
	Baronang	0,00	0,00
	Patin	,16	,16
	Bawal	,06	,06
	Gurame	,14	,14
	Ikan Layang	0,00	0,00
	Ikan Baung	0,00	0,00
	Ikan Belanak	0,00	0,00

Ikan Wader/Seluang	0,00	0,00
Belut	0,00	0,00
Ikan segar/basah lainnya	2,86	2,86
Olahan ikan segar (siomay ikan, otak-otak ikan, dll)	,01	,01
Udang, lobster	,45	,45
Cumi-cumi, sotong, gurita	,24	,24
Ketam, kepiting, rajungan	0,00	0,00
Kerang, siput, bekicot, remis	0,00	0,00
Udang dan hewan air lainnya yang segar lainnya	,35	,35
Kembung diawetkan/peda	1,10	1,70
Tenggiri diawetkan	,15	,23
Tongkol/tuna/cakalang diawetkan	1,38	2,12
Teri diawetkan	10,06	15,48
Selar diawetkan	1,71	2,62
Sepat diawetkan	,25	,38
Bandeng diawetkan	,07	,11
Gabus diawetkan	,27	,41
Ikan dalam kalengtuna dalam kaleng, dsb)	,27	,42
Ikan diawetkan lainnya	10,90	16,77
Udang diawetkan (ebi, rebon)	,08	,12
Cumi-cumi, sotong, gurita diawetkan	,00	,01
Udang dan hewan air lainnya yang diawetkan	,06	,09
DAGING	0,00	0,00
Daging sapi	,49	,49
Daging kerbau	,64	,64
Daging kambing, domba/biri-biri	0,00	0,00
Daging babi	9,76	9,76
Daging ayam ras	8,65	8,65
Daging ayam kampung	10,72	10,72
Daging segar lainnya	2,25	2,25
Daging sapi diawetkan/olahan daging sapi (sosis sapi, abon sapi, bakso sapi, dsb)	,06	,06
Daging ayam diawetkan/olahan daging ayam (sosis ayam, abon ayam, bakso ayam, dsb)	,15	,15
Daging lainnya diawetkan (olahan selain dari sapi dan ayam)	,15	,07
Tetelan, sandung lamur	,16	,03
Lainnya (hati, jeroan, iga, kaki, buntut, kepala, dsb)	,32	,02
TELUR DAN SUSU	0,00	0,00
Telur ayam ras	18,88	18,88
Telur ayam kampung	2,92	2,92
Telur itik/telur itik manila	,28	,28
Telur lainnya (telur puyuh, telur asin mentah maupun matang, telur penyus, telur angsa, dsb)	,42	,42
Susu cair pabrik	1,34	,53

Susu kental manis	2,65	1,32
Susu bubuk	4,17	4,17
Susu bubuk bayi	1,91	1,91
Susu murni	,02	,02
Hasil lain dari susu (keju, yogurt, dsb)	,04	,04
SAYUR-SAYURAN	0,00	0,00
Bayam	6,17	6,17
Kangkung	5,17	5,17
Kol/kubis	10,89	10,89
Sawi putih (petsai)	19,57	19,57
Sawi hijau	11,99	11,99
Buncis	3,72	3,72
Kacang panjang	1,36	1,36
Tomat sayur, tomat ceri	19,60	19,60
Wortel	13,06	13,06
Mentimun	5,23	5,23
Daun ketela pohon/daun singkong	11,83	11,83
Terong	7,45	7,45
Tauge	1,11	1,11
Labu, labu siam, labu parang	9,51	9,51
Bahan sayur sop/capcay/ kimlo (paket)	,37	,37
Bahan sayur asam/lodeh (paket)	0,00	0,00
Nangka muda	,03	,03
Pepaya muda	,31	,31
Jengkol	1,36	1,36
Bawang merah	11,11	11,11
Bawang putih	,72	,72
Bawang bombay	,02	,02
Cabe merah	9,21	9,21
Cabe hijau	,36	,36
Cabe rawit	5,74	5,74
Daun pepaya	,27	,27
Daun kelor	,01	,01
Daun katuk	,07	,07
Daun bawang	1,07	1,07
Daun pakis	,00	,00
Daun kemangi	,01	,01
Oyong/gambas	0,00	0,00
Rebung	,51	,51
Jamur (jamur tiram, enoki, kancing, dll)	,16	,16
Sayur-sayuran lainnya	3,88	3,88
KACANG-KACANGAN	0,00	0,00
Kacang tanah tanpa kulit	,28	,28

Kacang kedelai	0,00	0,00
Kacang lainnya	,11	,11
Tahu	22,05	7,72
Tempe	8,94	4,47
Oncom	0,00	0,00
Hasil lain dari kacang-kacangan	0,00	0,00
BUAH-BUAHAN	0,00	0,00
Jeruk, jeruk bali	24,76	24,76
Mangga	1,38	1,38
Apel	3,60	3,60
Rambutan	2,50	2,50
Duku, langsung	1,54	1,54
Durian	16,99	16,99
Salak	6,24	6,24
Pisang ambon	2,43	2,43
Pisang lainnya	34,82	34,82
Pepaya	8,66	8,66
Semangka	2,17	2,17
Tomat buah	11,08	11,08
Alpoket	7,37	7,37
Jambu Biji	1,73	1,73
Nanas	5,95	5,95
Nangka	,32	,32
Pir	2,88	2,88
Anggur	1,31	1,31
Buah naga	2,06	2,06
Jambu air	,36	,36
Melon	,20	,20
Manggis	1,64	1,64
Kelengkeng	,10	,10
Buah-buahan lainnya	2,91	2,91
MINYAK DAN KELAPA	0,00	0,00
Minyak kelapa	,00	,00
Minyak goreng (kelapa sawit, bunga matahari)	29,13	29,13
Kelapa	2,59	2,59
Minyak dan kelapa lainnya	2,15	2,15
BAHAN MINUMAN	0,00	0,00
Gula pasir	23,88	23,88
Gula merah, gula air (pohon aren, kelapa, lontar)	,46	,46
Teh bubuk	,12	,12
Teh celup (sachet)	,55	,55
Kopi (bubuk, biji)	6,94	6,94
Kopi instan (sachet)	,25	,25

Bahan minuman lainnya	,14	,14
BUMBU-BUMBUAN	0,00	0,00
Garam	4,51	4,51
Kemiri	2,10	2,10
Ketumbar/jinten	,12	,12
Merica/lada	,10	,10
Jahe	4,07	4,07
Kunyit	3,38	3,38
Asam	2,53	2,53
Terasi/petis	,01	,01
Kecap	,73	,73
Penyedap masakan/vetsin	,38	,38
Sambal jadi/sambal botol/saus cabai	,06	,06
Saus tomat	,27	,27
Bumbu maskan jadi/kemasan, bumbu racikan	,82	,82
Bumbu dapur lainnya (kencur, pala, kapulaga, dsb)	,63	,63
KONSUMSI LAINNYA	0,00	0,00
Mie instan	7,15	3,57
Kerupuk	1,29	5,18
Bubur bayi kemasan	0,00	0,00
Lainnya	,08	,08
MAKANAN DAN MINUMAN JADI	0,00	0,00
Roti tawar	6,97	4,74
Roti manis, roti lainnya	4,55	3,10
Kue kering, biskuit, semprong	7,05	5,64
Kue basah (kue lapis, bika ambon, lempur, dsb)	1,77	,71
Makanan gorengan (tahu, tempe, bakwan, pisang)	10,52	5,26
Makanan gorengan	,24	,05
Bubur kacang hijau	2,63	,79
Gado-gado, ketoprak, pecel	,65	,65
Nasi campur/rames	14,87	7,44
Nasi goreng	2,14	1,07
Nasi putih	9,38	4,69
Lontong/ketupat sayur	2,31	,58
Soto, gule, sop, rawon, cincang	,85	,17
Sayur matang (ditumis, disantan, dsb)	4,34	1,08
Sate, tongseng	,21	,21
Mie bakso, mie rebus, mie goreng	15,32	3,83
Mie instan	1,09	,54
Makanan ringan anak-anak, krupuk/kripik	8,42	7,58
Ikan matang	1,57	1,57
Ayam/daging matang (ayam goreng, rendang, dsb)	4,91	4,91
Daging olahan matang (sosis, nugget, daging asap, dsb)	6,10	2,44

Bubur ayam	,15	,03
Siomay, batagor	1,20	,24
Makanan jadi lainnya	1,15	1,15
Air kemasan	2,08	2,08
Air kemasan galon	17,49	0,00
Air teh kemasan	2,80	2,80
Sari buah kemasan	2,23	2,23
Minuman jadi (kopi, kopi susu, teh, susu coklat, dll.)	24,15	24,15
Es krim	,73	,36
Es lainnya	4,43	4,43
Minuman keras lainnya	41,56	41,56