

SYARAT-SYARAT DAN JUSTIFIKASI

MEMBEKAL MAKANAN BERMASAK DI INSTITUT LATIHAN DAN DAKWAH SELANGOR (ILDAS) BAGI TAHUN 2013

BIL.	PERKARA	JUSTIFIKASI
1.	MEMBEKAL MAKANAN BERMASAK DI INSTITUT LATIHAN DAN DAKWAH SELANGOR (ILDAS)	<p>1.1. Makanan yang dihidangkan hendaklah HALAL dan tidak berlawanan dengan kehendak-kehendak agama Islam dan disediakan mengikut peraturan-peraturan kesihatan yang ditetapkan oleh Kerajaan seperti yang terdapat dalam garis panduan. Bagi tujuan tersebut, kontraktor hendaklah memohon mendapatkan Sijil Pengesahan Halal daripada Bahagian Penyelidikan Dan Pembangunan, Jabatan Agama Islam Selangor daripada tarikh permulaan kontrak.</p> <p>1.2. Kontraktor Bumiputera.</p> <p>1.3. Kelulusan Kementerian Kewangan.</p> <p>1.4. Melantik empat (4) syarikat pembekal makanan.</p>
2.	TEMPOH BEKALAN	<p>2.1. Menandatangani perjanjian dengan Jabatan Agama Islam (JAIS) bagi tempoh satu (1) tahun.</p> <p>2.2. Perjanjian boleh dilanjutkan kepada suatu tempoh yang dipersetujui oleh kedua-dua pihak secara bertulis.</p> <p>2.3. ILDAS berhak mengatur jadual giliran dikalangan pembekal - pembekal yang terpilih mengikut budibicara ILDAS bagi sepanjang tempoh perjanjian ini (2 minggu sekali untuk satu pembekal).</p>

BIL.	PERKARA	JUSTIFIKASI
3.	PEMERIKSAAN	<p>3.1. ILDAS adalah sentiasa berhak memeriksa bekalan makanan mentah yang akan dimasak sebaik ianya sampai di dapur dewan makan ILDAS dan memeriksa makanan yang telah siap dimasak.</p> <p>3.2. ILDAS berhak menghantar contoh -contoh makanan mentah untuk ujian dan menolak semua makanan atau makanan yang mentah itu jika tidak menepati kualiti yang ditentukan.</p>
4.	MENU	<p>4.1. Pembekal hendaklah mematuhi jadual menu yang disediakan. (Seperti di Lampiran A).</p> <p>4.2. Pembekal hendaklah bersedia membekal dan menyajikan jenis makanan yang lain jika peserta itu tidak boleh makan jenis makanan yang tersebut dalam menu atas sebab-sebab kesihatan atau sebab-sebab lain yang munasabah. Jenis makanan gantian akan ditentukan oleh pihak ILDAS.</p> <p>4.3. Sebarang pertukaran / tambahan menu yang melibatkan perubahan harga makanan perlu mendapat persetujuan bersama.</p>
5.	MENU GANTIAN	<p>5.1. Dalam keadaan di mana salah satu jenis makanan tidak dapat dibekalkan dengan alasan yang munasabah dan dipersetujui oleh ILDAS, pihak pembekal boleh membekalkan mana-mana jenis makanan yang terdapat dalam menu untuk hari lain, dengan syarat pihak pembekal tidak boleh membekalkan mana-mana makanan yang sama untuk tempoh dua (2) hari berturut-turut .</p>
6.	PENYEDIAAN MAKANAN	<p>6.1. Penyediaan makanan mestilah dilakukan di dapur dewan makan ILDAS.</p> <p>6.2. Pembekal hendaklah berada di dewan makan sehingga selesai minum malam.</p>

BIL.	PERKARA	JUSTIFIKASI
7.	KEBERSIHAN DAN KESIHATAN	<p>7.1. Pembekal adalah pada sepanjang masa kontrak ini berkuatkuasa, tertakluk pada perkara-perkara tersebut:</p> <p>7.1.1. Peraturan -peraturan mengenai kebersihan dan kesihatan yang dikeluarkan oleh pihak ILDAS.</p> <p>7.1.2. Undang-undang kecil dan peraturan -peraturan yang dikeluarkan oleh pihak-pihak Berkuasa Tempatan yang berkenaan.</p> <p>7.2. Pembekal hendaklah memastikan supaya bahan-bahan makanan mentah disimpan di dalam setor dan setor hendaklah sentiasa dalam keadaan kemas dan bersih.</p> <p>7.3. Peti sejuk hendaklah dijaga dengan baik dan berfungsi bagi menyimpan makanan yang mudah atau cepat rosak. Luar dan dalam peti sejuk hendaklah sentiasa dalam keadaan bersih.</p> <p>7.4. Semua peralatan yang digunakan untuk menyediakan , memasak dan menyimpan makanan hendaklah sentiasa dalam keadaan bersih.</p> <p>7.5. Pembekal hendaklah bertanggungjawab menjaga kebersihan semua kawasan ruang terlibat dalam pembekalan termasuklah bilik-bilik setor , tempat sampah dewan makan , sinki , dapur dan longkang di sekeliling dewan makan.</p> <p>7.6. Pembekal hendaklah bertanggungjawab menentukan pembuangan sampah dan sisa makanan di buat secara teratur dan tidak bersepah-sepah. Tong-tong sampah hendaklah yang sesuai dan bertutup supaya tidak dihinggap lalat.</p>

BIL.	PERKARA	JUSTIFIKASI
		<p>7.7. Pembekal hendaklah memastikan semua pekerja-pekerjanya menjalani pemeriksaan kesihatan oleh Pegawai Perubatan sebelum dibenarkan bertugas dan semua surat pengakuan doktor hendaklah diserahkan kepada pihak ILDAS untuk rekod dan pemeriksaan.</p> <p>7.8. Semua pekerja yang membantu di dapur dan menyajikan makanan di dewan makan hendaklah diisyaratkan memakai apron dan bertutup kepala serta berpakaian bersih. Pekerja lelaki tidak dibenarkan berambut panjang dan merokok di kawasan ILDAS.</p> <p>7.9. Pembekal hendaklah bertanggungjawab memastikan semua pekerja sentiasa dalam keadaan bersih dan sihat. Pekerja-pekerja yang sakit (seperti demam, selsema, batuk, luka, dan sakit berjangkit) hendaklah diarah mendapatkan rawatan perubatan dengan segera dan tidak dibenarkan bertugas sehingga disahkan boleh mengendalikan makanan oleh Pegawai Perubatan. Pengganti kepada pekerja yang sakit / bercuti, hendaklah sihat dan telah menjalani pemeriksaan kesihatan.</p>
8.	SISA MAKANAN	8.1. Sisa makanan hendaklah dibuang di tempat yang disediakan.
9.	ALAT-ALAT MILIK ILDAS	9.1. Pembekal hendaklah bertanggungjawab untuk membaiki sebarang kerosakan alat-alat milik ILDAS yang digunakan. Sebarang kehilangan dan kerosakan yang disebabkan oleh pembekal yang tidak boleh dibaiki hendaklah diganti dengan jenis dan kualiti yang sama.
10.	GAS MEMASAK	10.1. Pembekal hendaklah membuat tempahan dan bayaran terus kepada pembekal gas tersebut.

BIL.	PERKARA	JUSTIFIKASI
11.	ELEKTRIK / AIR	11.1. Bayaran hendaklah di buat kepada pihak ILDAS mengikut kadar yang akan ditentukan kemudian.
12.	TEMPAT TINGGAL PEMBEKAL / PEKERJA	12.1. Pembekal serta keluarga dan pekerja-pekerjanya tidak dibenarkan tinggal di kawasan dewan makan ILDAS kecuali mendapat kebenaran pihak ILDAS.
13.	PERUBAHAN MENU	13.1. ILDAS boleh mengkaji dan jika perlu dengan persetujuan pembekal mengubah dari masa ke semasa sajian-sajian yang terkandung dalam menu. Pembekal hendaklah mulai dari tarikh yang dipersetujui sajian itu di ubah mengikut penentuan yang baru.
14.	PAMPASAN (COMPENSATION)	14.1. Pembekal hendaklah bertanggungjawab membayar sendiri pampasan terhadap semua kerosakan yang berbangkit daripada kelalaian yang dilakukan oleh dirinya sendiri dan pekerja-pekerjanya.
15.	IKLAN	15.1. Iklan-iklan mengenai perjanjian ini tidaklah boleh disiarkan di dalam sebarang akhbar, majalah atau lain-lain pengiklanan tanpa kelulusan bertulis ILDAS.
16.	PEMAJAKAN DAN KONTRAK KECIL	16.1. Pembekal tidak boleh memajukan atau membuat atau memberi sub kontrak terhadap perjanjian ini atau apa-apa bahagiannya dengan tidak terlebih dahulu mendapat persetujuan bertulis ILDAS.
17.	PEMBERIAN MILIK	17.1. Pembekal tidak boleh memberi milik perjanjian atau mana-mana bahagiannya atau memberi milik, menggadai janji, menggadai atau mempertanggungjawabkan apa-apa juga daripada wang yang kena bayar atau yang telah genap masanya dibayar di bawah perjanjian ini dan apa-apa faedah yang terlibat dari atau yang mungkin terbabit dari perjanjian ini dengan tidak terlebih dahulu mendapat kelulusan bertulis ILDAS.

BIL.	PERKARA	JUSTIFIKASI
18.	BURUH / PEKERJA	<p>18.1. Pembekal hendaklah pada sepanjang masa semasa kontrak ini berkuatkuasa akan mematuhi semua undang-undang yang melibatkan pengambilan buruh atau pekerja. Pembekal adalah bertanggungjawab sepenuhnya ke atas semua pekerja yang terlibat dalam pembekalan makanan ke ILDAS. ILDAS tidak boleh dihubungkan atau dipertanggungjawab ke atas apa-apa juga pertikaian di antara pembekal dengan pekerja.</p> <p>18.2. Pembekal hendaklah menyerahkan kepada pihak ILDAS satu senarai pekerja yang terlibat dalam pembekalan makanan. Pekerja –pekerja hendaklah berumur tidak kurang 17 tahun dan tidak melebihi 60 tahun.</p> <p>18.3. Pekerja penyediaan makanan mestilah mendapat suntikan kesihatan.</p>
19.	NOTIS PENAMATAN	<p>19.1. Walau apa pun peruntukan dalam perjanjian ini , ILDAS boleh dengan memberi empat belas (14) hari notis bertulis kepada pembekal untuk menamatkan perjanjian ini jika :</p> <p>19.1.1.(a) Pembekal melakukan pelanggaran terhadap mana-mana syarat-syarat yang terdapat dalam perjanjian ini atau :</p> <p>19.1.2.(b) ILDAS mempunyai sebab bagi mempercayai bahawa kontraktor atau sesiapa yang diambil bekerja olehnya atau bertindak bagi pihaknya (sama ada dengan atau di luar pengetahuan pembekal) melakukan perbuatan rasuah.</p>

BIL.	PERKARA	JUSTIFIKASI
		19.2. Walau apa pun peruntukan Fasal 18 ILDAS boleh pada bila-bila masa menamatkan perjanjian ini dengan memberi tiga (3) bulan notis kepada pihak pembekal.
20.	PAKAIAN / PENAMPILAN	<p>20.1. Pembekal hendaklah memastikan semua pekerja yang terlibat hendaklah memakai pakaian yang bersih, kemas dan menutup aurat. Pemakaian apron adalah dimestikan.</p> <p>20.2. Pembekal hendaklah memastikan pekerja lelaki dan perempuan yang terlibat tidak merokok di kawasan dewan makan dan tidak berambut panjang.</p> <p>20.3. Pembekal dan pekerja-pekerja hendaklah memakai pakaian seragam semasa menjalankan tugas di ILDAS.</p>
21.	PERALATAN DAN PINGGAN MANGKUK	21.1. Pembekal hendaklah menyimpan peralatan dan pinggan mangkuk milik sendiri di tempat yang disediakan. Pihak ILDAS tidak bertanggungjawab di atas sebarang kerosakan dan kehilangan barang-barang tersebut.
22.	PINDAAN -PINDAAN	22.1. Sebarang pindaan atau perubahan kepada perjanjian ini hendaklah dibuat secara bertulis dan disahkan oleh kedua-dua pihak.

**JADUAL HARGA MENGIKUT SAJIAN
PERKHIDMATAN MEMBEKAL MAKANAN BERMASAK DI INSTITUT LATIHAN DAN DAKWAH SELANGOR (ILDAS)**

PERKARA	BILANGAN PESERTA	KADAR HARGA					
		SARAPAN PAGI (RM)	MINUM PAGI (RM)	MAKAN TENGAHARI (RM)	MINUM PETANG (RM)	MAKAN MALAM (RM)	MINUM MALAM (RM)
Perkhidmatan Membekal Makanan Bermasak Di Institut Latihan Dan Dakwah Selangor	<p align="center"><i>Senarai Bilangan Peserta Dan Kursus Terlibat Hendaklah Dirujuk Terus Ke Institut Latihan Dan Dakwah Selangor (ILDAS)</i></p> <p align="center"><i>(Pembayaran Adalah Berdasarkan Bilangan Peserta)</i></p>						
JUMLAH HARGA SEHARI UNTUK SEORANG PESERTA (RM)							

Tandatangan Kontraktor :.....

Nama :.....

Jawatan :.....

Cop Syarikat :.....

Tandatangan Saksi :.....

Nama :.....

Jawatan :.....

Cop Syarikat :.....

Lampiran A

MENU HARIAN PESERTA KURSUS ILDAS 2013 - 2014

HARI / WAKTU	SARAPAN	MINUM PAGI	MAKAN TENGAHARI	MINUM PETANG	MAKAN MALAM	MINUM MALAM
Hari Pertama	Mee Goreng Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Popia Goreng Kuih Abuk-Abuk Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Gulai Ayam Tumis Kacang Buncis + Lobak Merah + Kobis Ikan Kembong Goreng Dadih Buah Tembikai Air Jus Oren Air Suam	Kuih Isabella Kuih Roti Jala Berinti Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Tomyam Campur Ayam Goreng Berempah Sambal Belacan Ulam : Timun Puding Buah Tembikai Kuning Air Jus Belimbing Air Suam	Popia Basah Donat Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 2	Nasi Lemak (1 SET) Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Apam Gula Hangus Kuih Pulut Panggang Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Kurma Sayur Bening Bayam Ikan Cencaru Bakar Sambal Air Asam Buah Limau Manis Air Soya Air Suam	Kuih Cucur Udang Kuih Pau Kukus Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Bawal Masak Sweet Sour Sayur Kangkung Goreng Sambal Belacan Ayam Goreng Ulam : Silum + Pegaga Agar-Agar Buah Betik Air Laici Air Suam	Roti Jala Cicah Kuah Kari Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 3	Mee Goreng Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Karipap Kuih Ketayap Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Minyak (1 Set) Keropok Ikan Agar-Agar Buah Betik Air Oren Air Suam	Kuih Lapis Kuih Pulut Panggang Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Masak Halia Ikan Kembung Goreng Sayur Cmpur Sup Bebola + Ikan + Suoon Dadih Buah Tembikai Susu Air Laici Air Suam	Bubur kacang Cicah Roti Air Milo Air Kopi O' Air Suam

HARI / WAKTU	SARAPAN	MINUM PAGI	MAKAN TENGAHARI	MINUM PETANG	MAKAN MALAM	MINUM MALAM
Hari ke 4	Lontong + Kuah Lodeh + Sambal + kacang Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Cucur Badak Kuih Apam Tepung Beras(Tabur Hampas Kelapa) Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Daging Masak Kicap Bertada Masak Lemak Kacang + Tauhu + Udang Ikan Kembung Goreng Berempah Tapai Pulut Buah Limau Sunkist Air Anggur Air Suam	Kuih Lepat Pisang Sardin Roll Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Goreng Berempah Paru Goreng Bercili Sup Sayur Bebola Puding Buah Tembikai Susu Air Sarsi Air Suam	Kuih Karipap Pau Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 5	Bihun Goreng Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Masalodeh Kuih Pau Goreng Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Masak Merah Sayur Lemak Kobis Ikan Keli Goreng Dadih Buah Tembikai Air Sirap Air Suam	Roti Canai Kuah Kari Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Ayam (1set) Keropok Buah Oren Sunkist Air Sarsi Air Suam	Roti Jala Cicah Kuah Kari Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 6	Mee Goreng Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Bingke Ubi Kuih Burger Malaysia Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Goreng KFC Ikan Keli Masak Cili Api Kerabu Mangga Tapai Ubi Kuning Buah Betik Air Laici Air Suam	Kuih Keria Kuih Pulut Golek Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Tauhu Masak Taucu Sardin Bercili Masak Lemak Tauge+ Tauhu Sup Bebola + Ikan + Suoon Dadih Buah Tembikai Susu Air Laici Air Suam	Kuih Lopez Kuih Popia Goreng Air Milo Air Kopi O' Air Suam

HARI / WAKTU	SARAPAN	MINUM PAGI	MAKAN TENGAHARI	MINUM PETANG	MAKAN MALAM	MINUM MALAM
Hari ke 7	Nasi Lemak(1 SET) Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Lemper Kuih Koci Labu Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Ambeng (1 Set) Buah Betik Air Jus Oren Air Suam	Kuih Pau(Inti Kacang) Kuih Cucuk Badak Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Bawal Masak Kicap (Semur) Masak Lemak Pucuk Ubi Sambal Belacan Ikan Masin Dadih Buah Tembikai Kuning Air Sirap Air Suam	Kuih Apam Kuih Pulut Panggang Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 8	Nasi Lemak (1SET) Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Tepung Torak Kuih Cucur Badak Air Teh O' + Air Kopi O' + Krimer + Gula + Air Suam	Nasi Putih Gulai Ayam Campur Nangka Sayur Sawi Goreng Campur Cencaru Bakar Sambal Air Asam Ulam : Timun Puding Buah Campur Buah Betik Air Jus Apple Air Suam	Kuih Cucur Udang Kuih Kasturi Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Tahu Masak Masam Manis Ayam Goreng Masak Bening Labu Air Sambal Belacan Ulam : Timun+Bendi+Kacang Botol Agar-Agar Buah Belimbing Air Bandung Air Suam	Karipap Kuih Koci Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 9	Lontong, Kuah Lodeh + Sambal Kacang Campur Kerang Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Keria Labu Kuih Karipap Air Teh O' + Air Kopi O' + Krimer + Gula + Air Suam	Nasi Putih Ayam Masak Kurma Ikan Keli Goreng Sayur Kailan Goreng Keropok Ikan Buah Tembikai Air Sarsi Air Suam	Kuih Puteri Ayu Kuih Burger Malaysia Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Mayung Masak Taucu Sup Sayur Campur Sambal Belacan Ulam : Timun Ayam Goreng Berempah Dadih Buah Betik Air Jus Oren Air Suam	Roti Jala Kuah Kari Air Milo Air Kopi O' Air Suam

HARI / WAKTU	SARAPAN	MINUM PAGI	MAKAN TENGAHARI	MINUM PETANG	MAKAN MALAM	MINUM MALAM
Hari ke 10	Bihun Goreng Paprik Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Isabella Kuih Pulut Panggang Air Teh O' + Air Kopi O' + Krimer + Gula + Air Suam	Nasi Tomato Rendang Ayam Acar Buah Keropok Ikan Dalca Agar-Agar Buah Oren Sunkist Air Kelapa Muda Air Suam	Roti Canai Kuah Kari Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Bawal Masak Kari Sambal Udang Sup Sayur + Sambal Kicap Pudding Buah Pisang Air Limau Kasturi Air Suam	Kuih Apam Kuih Popia Goreng Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 11	Nasi Goreng Kampung Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Keria Keledak Kuih Popia Goreng Air Teh O' + Air Kopi O' + Krimer + Gula + Air Suam	Nasi Ambeng(1 SET) Buah Pisang Air Cendol Campur Pulut Air Suam	Rojak Pasembur Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Tilapia Masak Santan Berlada Ayam Goreng KFC Sayur Campur Goreng Agar-Agar Cermin Buah Limau Manis Air Bandung Air Suam	Bubur Kacang Cicah Roti Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 12	Nasi Lemak (! SET) Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Ketayap Pau Kuih Mini Burger Air Teh O' + Air Kopi O' + Krimer + Gula + Air Suam	Nasi Putih Ayam Goreng KFC Ikan Keli Masak Cili Api Kerabu Mangga Tapai Ubi Kuning Buah Betik Air Laici Air Suam	Kuih Lapis Kuih Tauhu Sumbat Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Ayam (1 Set) Keropok Ikan Pudding Buah Belimbing Air Jus Apple Air Suam	Laksa Air Milo Air Kopi O' Air Suam

HARI / WAKTU	SARAPAN	MINUM PAGI	MAKAN TENGAHARI	MINUM PETANG	MAKAN MALAM	MINUM MALAM
Hari ke 13	Lontong, Kuah Lodeh + Sambal Kacang Campur Kerang Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Lopez Kuih Cucur Udang Air Teh O' + Air Kopi O' + Krimer + Gula + Air Suam	Nasi Putih Ikan Mayung Masak Acar Pecal Pajeri Nenas Ayam Goreng Bergedil Puding Susu Buah Betik Air Soya Air Suam	Kuih Isabella Kuih Masaklodeh Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Masak Lemak Kuning Sayur Goreng Rampai Sambal Belacan Ikan Kembung Goreng Bertepung Ulam : Raja + Petai Dadiah Buah Tembikai Merah Air Sirap Air Suam	Masak Lodeh Pau Kaya Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 14	Bihun Goreng Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Karipap Panjang Kuih Gegetas Air Nescafe O' + Air Milo O' + Krimer + Gula + Air Suam	Nasi Minyak Ayam Masak Merah Acar Buah Rendang Daging Pepedom Puding Buah Tembikai Air Sarsi Air Suam	Kuih Bom (Inti Kacang) Kuih Cucur Badak Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Sup Ayam Sayur Bayam Goreng Sambal Ikan Bilis Cili Padi Telur Mata Sambal Kicap Agar-Agar Air Tembikai Air Suam	Kuih Kasturi Roti Jala Sambal Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 15	Nasi Goreng Kampung Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Karipap Kuih Ketayap Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Masak Lemak Nenas Ikan Masin Ayam Goreng Berempah Sambal Udang Sayur Sawi Goreng Dadiah Buah Tembikai Susu Air Jus Epal Hijau Air Suam	Kuih Popia Goreng Kuih Lepat Pisang Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Sup Sayur Campur Ikan Bawal Masak Masam Manis Telur Masin Ulam: Timun Sambal Belacan Agar-Agar Buah Pisang Berangan Air Bandung + Soda Air Suam	Kuih Cucur Udang Kuih Apam Air Milo Air Kopi O' Air Suam

HARI / WAKTU	SARAPAN	MINUM PAGI	MAKAN TENGAHARI	MINUM PETANG	MAKAN MALAM	MINUM MALAM
Hari ke 16	Bihun Goreng Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Lopez Kuih Cucur Badak Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Pari Masak Asam Pedas) Tumis Pucuk Paku Ayam Goreng KFC Keropok Sayur Agar-Agar Pandan Buah Limau Manis Air Sirap Air Suam	Roti Jala Kuih Isabella Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Ayam (1 Set) Keropok Ikan Puding Keladi Buah Tembikai Susu Air Sunkist + Sirap Air Suam	Roti Jala Cicah Kuah Kari Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 17	Mee Goreng Mamak Roti + Jem Nenas + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Mini Burger Kuih Koci Labu (Saiz Besar) Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Jagung Ayam Masak Merah Rendang Daging Acar Buah Dadih Buah Tembikai Air Sarsi Air Suam	Murtabak Ayam Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Tomyam Ayam Tumis Tauhu + Kucai + Tauge Ikan Mayung Goreng Keropok ikan Dadih Air Laici Air Suam	Kuih Karipap Kuih Pau Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 18	Nasi Lemak (1 SET) Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Apam Sarang Semut Popia Basah Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Masak Cekur Ikan Keli, Kerabu Jantung Pisang. Ayam Goreng Kentucky Keropok Ikan Buah Tembikai Air Anggur Air Suam	Roti Canai Kuah Kari Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Goreng Berempah Masak Lemak Petola Telur Dadar Sambal Belacan Tapai Buah Limau Sunkist Air Sirap Air Suam	Kuih Pulut Panggang Cengkodok Pisang Saiz Besar Air Milo Air Kopi O' Air Suam

HARI / WAKTU	SARAPAN	MINUM PAGI	MAKAN TENGAHARI	MINUM PETANG	MAKAN MALAM	MINUM MALAM
Hari ke 19	Nasi Goreng Kampong Roti + Jem Nenas + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Bom Kuih Cara Berlauk Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Ambeng (1 SET) Keropok Ikan Buah Tembikai Air Oren Air Suam	Cekodok Pisang Besar Kuih Karipap Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Kari Ayam Goreng Tempe Berlada Tumis Kacang Panjang + Tauge + Tauhu Ikan Kerisi Goreng Keropok Buah Limau Air Jambu Batu Air Suam	Bubur Kacang Cicah Roti Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 20	Bihun Goreng Paprik Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Lopez Kuih Cucur Udang Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Mayung Masak Acar Pecal Pajeri Nanas Ayam Goreng Bergedil Buah Betik Air Soya Air Suam	Kuih Donat Kuih Pau Ayam Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Masak Lemak Kuning Sayur Goreng Kangkung Sambal Belacan Ikan Cencaru Goreng Ulam : Raja + Timun Dadih Buah Tembikai Merah Air Sirap Air Suam	Kuih Karipap Kuih Puteri Ayu Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 21	Lontong, Kuah Lodeh Dan Sambal Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Lompang Kuih Samosa (Saiz Besar) Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Beriani Ayam Masak Merah Masak Dalca Acar Jelatah Popedem Buah Tembikai Air Sirap Air Suam	Kuih Keria Sandwich Sambal Bilis Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Masak Lemak Cili Padi Tauge + Tauhu Di Goreng Ikan Keli Goreng Berlada Buah Tembikai Air Mata Kucing Air Suam	Kuih Cucur Badak Kuih Pau Air Milo Air Kopi O' Air Suam

HARI / WAKTU	SARAPAN	MINUM PAGI	MAKAN TENGAHARI	MINUM PETANG	MAKAN MALAM	MINUM MALAM
Hari ke 22	Nasi Lemak (1 SET) Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Karipap Pusing Kuih Lepat Ubi Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Bawal Sweet Sour Kangkung Tumis Belacan Kari Daging Ikan Gelama Masin Dadih Buah Sunkist Air Tebu Air Suam	Kuih Cara Bergula Kuih Pulut Serunding Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Ayam (1 SET) Pudding Jagung Buah Tembikai Susu Air Laici Kang Air Suam	Bubur Kacang Cicah Roti Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 23	Lontong + Kuah Lodeh + Sambal Kerang Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Talam Keladi Kuih Burger Malaysia (Di Potong) Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Hujan Gerimis Ayam Masak Merah Masak Dalca Acar Timun Tapai Pulut Hitam Buah Pisang Air Jus Oren Air Suam	Laksam Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Sup Ayam Kacang Panjang Goreng Udang Goreng Bertepung Sambal Kicap Puding Roti Buah Jambu Batu Air Laici Air Suam	Pengat Pisang Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 24	Bihun Goreng Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Lapis Kuih Cucur Badak Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Masak Kicap Ikan Tongkol Goreng Sayur Kailan Goreng Tapai Ubi Kuning Buah Pisang Air Jus Oren Air Suam	Kuih Koleh Kacang Kuih Pulut Panggang Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Sayur Bayam Goreng Ikan Mambong Masak Lemak Kuning Ayam Goreng Berempah Buah Tembikai Air Sarsi Air Suam	Kuih Sardin Role Kuih Pau Air Milo Air Kopi O' Air Suam

HARI / WAKTU	SARAPAN	MINUM PAGI	MAKAN TENGAHARI	MINUM PETANG	MAKAN MALAM	MINUM MALAM
Hari ke25	Mee Goreng Mamak Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Roti Sardin Goreng Kuih Bahulu Kemboja Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Masak Kicap Pekat Gulai Lemak Pucuk Ubi Ikan Cencaru Bakar Sambal Air Asam Dadiah Buah Belimbing Air Nenas Air Suam	Kuih Tepung Gomak Kuih Popia Goreng Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Keli Goreng Berlada Kari Daging Tumis Kacang Buncis Telur Masin Agar-Agar Cendol Buah Betik Air Jus Mangga Air Suam	Roti Jala Cicah Kari Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 26	Nasi Goreng Black Pepper Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Gegetas Kuih Talam Berlauk Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Masak Sup Sambal Kicap Tumis Pucuk Paku Telur Dadar Dadiah Buah Epal Air Laici Air Suam	Roti Canai Kuah Kari Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Tomyam Ayam Tumis Kacang Panjang + Tauge + Tauhu Ikan Kembung Goreng Bertepung Sambal Petai Udang Air Sirap Selasih Air Suam	Murtabak Kuah Kari Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 27	Bihun Goreng Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Lidah Buaya Popia Basah Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Keli Masak Cekur Pecal Telur Dadar Nugget Ayam Dadiah Buah Betik Air Bandung Air Suam	Kuih Seri Muka Burger Malaysia Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Mayong Goreng Bercili Sup Sayur + Daging Sambal Kicap Hati Ayam Goreng Bertepung Agar-Agar Buah Tembikai Susu Air Limau Kasturi Air Suam	Kuih Karipap Kuih Pau Goreng Air Milo Air Kopi O' Air Suam

HARI / WAKTU	SARAPAN	MINUM PAGI	MAKAN TENGAHARI	MINUM PETANG	MAKAN MALAM	MINUM MALAM
Hari ke 28	Lontong, Kuah Lodeh Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Pulut Golek Kelapa Kuih Donat Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ikan Pari Masak Asam Pedas Ayam Goreng KFC Sayur Tumis Pucuk Paku Buah Oren Sunkist Air Soya Cincau Air Suam	Kuih Cucur Badak Kuih Dangai Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Masak Lemak Bayam + Keledek Telur Mata Kerbau Masak Tomato Ayam Goreng KFC Buah Jambu Batu Air Asam Boy Air Suam	Bubur Kacang Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 29	Nasi Lemak (1 SET) Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Lompang Kuih Samosa (Saiz Besar) Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Beriani Daging Masak Black Papper Masak Dalca Acar Jelatah Ayam Goreng Berempah Buah Tembikai Air Barli (Biji) Air Suam	Kuih Keria Sandwich Sambal Bilis Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Masak Lemak Cili Padi Tauge + Tauhu Di Goreng Sambal Udang Buah Tembikai Air Mata Kucing Air Suam	Kuih Cucur Badak Kuih Pau Air Milo Air Kopi O' Air Suam
Hari ke 30	Bihun Goreng Roti + Jem + Mentega Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Kuih Lompang Kuih Samosa (Saiz Besar) Air Milo Air Kopi O' Air Suam	Nasi Putih Ayam Masak Kicap Pekat Ikan Kembung Goreng Pecal Dadiah Buah Betik Air Barli (Biji) Air Suam	Kuih Donat Kuih Sandwich Sambal Bilis Air Teh Susu Air Kopi O' Air Suam	Nasi Ayam (1 Set) Keropok Ikan Agar – Agar Milo Buah Tembikai Air Mata Kucing Air Suam	Kuih Ayu Kuih Popia Goreng Air Milo Air Kopi O' Air Suam