

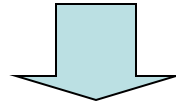
Modul 13  
Kuliner Lanjut (Teori)

**MODIFIKASI MAKANAN  
RENDAH GLUTEN & CASEIN**

Oleh:  
Irfanny Afif

# PENGERTIAN GLUTEN

MERUPAKAN PROTEIN



TERDAPAT DI:

GANDUM (WHEAT)

JAWAWUT (BARLEY)

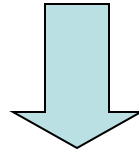
RYE

# PENGOLAHAN MAKANAN UNTUK PENYANDANG AUTIS

- Makanan seimbang sesuai PUGS
  - Bebas gluten dan casein
- Hindari bahan makanan yang diawet/  
diproses
- Hindari makanan yang menimbulkan alergi

# HINDARI

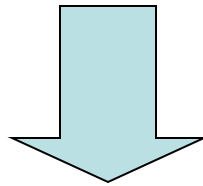
- SUMBER KH:



- Tepung terigu & hasil olahannya
  - Havermouth
- Makanan yang menggunakan tepung terigu

# HINDARI

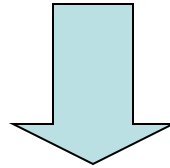
- SUMBER PROTEIN:



- Casein: susu & hasil olahannya
- BM sumber protein yang di awet

# HINDARI

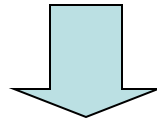
- SUMBER LEMAK:



- Mentega yang terbuat dari susu

# HINDARI

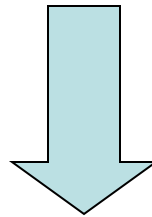
- SAYURAN



- Yang diawet, diasin, dikaleng

# HINDARI

- BUAH-BUAHAN

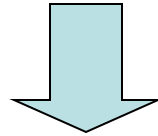


- Yang diawet
- Buah dalam kaleng



# HINDARI

## MINUMAN



- Soft drink
- Sari buah dengan pengawet

# HINDARI

## FOOD ADDITIVE

### MSG

Berbagai pewarna sintetis

pemberi aroma sintetis

Pemanis buatan

Pengawet

**TERIMAKASIH**