

## Penganekaragaman Konsumsi Pangan dan Gizi : Faktor Pendukung Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=119671&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Berbagai kajian di bidang gizi dan kesehatan menunjukkan bahwa untuk dapat hidup sehat dan produktif ,manusia memerlukan sekitar 45 jenis zat gizi yang harus diperoleh dari makanan yang dikonsumsi,dan tidak ada satu jenis panganpun yang mampu memenuhi seluruh kebutuhan gizi bagi manusia....