

# MANFAAT DAUCUS CAROTA (WORTEL) UNTUK MATA



Oleh: Firdatus Sania

Pembimbing: Endang Rohmatun, S.Pd  
Mts Negeri 1 Jepara

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

1. Ciri-Ciri Wortel
2. Kandungan Nutrisi Wortel
3. Manfaat Wortel



CARROT	
Nutrition Facts	
0.2g FAT	10g CARBOHYDRATE
0.9g PROTEIN	69mg SODIUM
320mg POTASSIUM	PER 100g / 41 KAL
334% VITAMIN A	9% VITAMIN C
3% CALCIUM	1% BUN



### Ide

Untuk mengatasi penyakit mata menggunakan wortel

### Tujuan Penelitian

Bertujuan untuk mengetahui lebih banyak manfaat sayuran wortel dan memberikan salah satu menu minuman yang lezat dari sayuran wortel, yaitu jus

## METODE PENELITIAN

### Alat dan Bahan



### Alur Penelitian



## HASIL PENELITIAN

Klasifikasi ilmiah wortel:

- Kingdom :Plantae
- Divisi :Magnoliophyta
- Kelas :Magnolipsida
- Ordo :Apiales
- Famili :Apiaceae
- Genus :Daucus
- Spesies :D.carota

Percobaan pembuatan jus wortel ini sangat mudah di buat, bahan dan alatnya pun gampang di jumpai, Daftar nutrisi pada wortel dapat bertambah apabila menyertakan bahan-bahan lain untuk campuran resep jus wortel. Selain itu, tingkat kesegaran bahan juga mempengaruhi nilai gizi serta enak tidaknya olahan jus yang buat, jadi usahakan memilih wortel dalam kondisi segar.

## KESIMPULAN

Berdasarkan dari percobaan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa dari karya tulis ilmiah ini jus wortel merupakan salah satu jenis minuman yang dapat menunjang kesehatan. Daftar nutrisi pada wortel dapat bertambah apabila menyertakan bahan-bahan lain untuk campuran resep jus wortel. Bahan dan alat untuk membuat jus wortel juga bisa didapat dengan mudah. Selain itu, Cara membuatnya pun mudah yakni dengan cara memblendernya

## REFERENSI

[www.wordpress.com](http://www.wordpress.com),  
[www.belajarptc.com](http://www.belajarptc.com)  
[abuthalhah.wordpress.com](http://abuthalhah.wordpress.com),  
[sarjanaku.com](http://sarjanaku.com),2011/09  
[holisticindonesia.com./detail-artikel/38.88db.com/id/knowledge-detail](http://holisticindonesia.com/detail-artikel/38.88db.com/id/knowledge-detail)