

## PENGENALAN

Daging adalah sumber makanan paling tinggi kandungan zat dan sebagai sumber tenaga yang utama dalam kehidupan manusia. Sebagai contoh protein, ia menjana metabolism untuk tumbesaran dan menghasilkan tenaga (energy) dan haba(heat) dan bertindak dalam proses pengantian tisu-tisu dalam badan yang telah rosak. Kehadiran sumber makanan ini dalam perut akan melambatkan tindakbalas lapar (hunger) memandangkan ia memerlukan suatu jangkamasa yang lama untuk dihadam. Contoh protein utama ialah asid amino. Tumbuhan sebaliknya tidak mengandungi sumber asid amino ini dan oleh kerana itu proses penghadamannya memakan masa yang singkat dan hasilnya seseorang itu akan cepat berasa lapar. Selain daripada sumber protein beberapa sumber perlu ialah seperti Lipid, Karbohidrat, Non-protein Nitrogen, Mineral dan Vitamin.

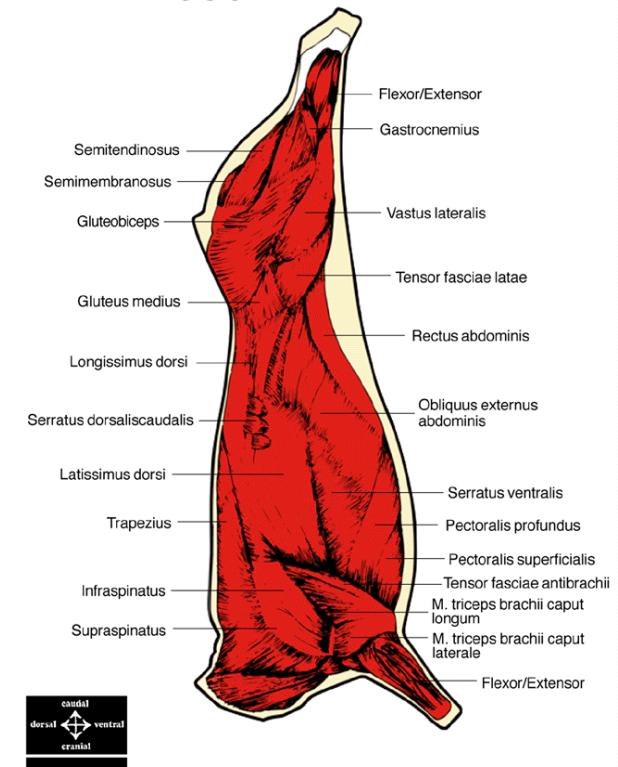
Selain daripada itu beberapa komponen yang tidak kurang pentingnya ialah seperti pigmen mioglobin dan haemoglobin. Ianya sering dikaitkan dengan warna pada daging itu sendiri. Sebagai contoh warna merah pada daging lembu adalah disebabkan oleh kandungan mioglobin yang tinggi iaitu antara 0.3% ~ 1.0 % dan kurang dalam daging khinzir iaitu di antara 0.06 ~ 0.40% dan 0.02 ~ 0.18 % dalam daging ayam( J.S Grace & D.S Collins, Meat Hygiene 9<sup>th</sup> Ed,1992). Begitu juga kandungan mioglobin ini tinggi dalam haiwan jantan, haiwan tua dan dibeberapa otot sebagai contoh dalam jantung, dan diaphragm.

### a) Komposisi Daging Lembu

NUTRIEN	
Tenaga ( kcal)	175
Protein (g)	24
Karbohidrat(glikogen)	0
Lemak (g)	8
Kolesterol (mg)	78

Jadual 1: Kandungan Komposisi Nutrien Bagi Daging Lembu (3 oz ground lean beef)

## BEEF MUSCLE LATERAL VIEW



## b) Komposisi Daging Ayam

NUTRIEN	
Tenaga ( kcal)	238
Protein (g)	24
Karbohidrat(glikogen)	0
Lemak (g)	15
Kolesterol (mg)	86

Jadual 2: Kandungan Komposisi Nutrien Bagi Daging Ayam (3 oz tanpa kulit)



Jadual 3: Kandungan Komposisi Nutrien Bagi Daging

Dicetak oleh: JPHPT Sabah, 2007  
Ruj: JPHPT(T)KK/100-35/3(08)

## PENUTUP

NUTRIEN	
Tenaga ( kcal)	142
Protein (g)	27
Karbohidrat(glikogen)	0
Lemak (g)	3
Kolesterol (mg)	73

Komposisi daging secara keseluruhan-nya adalah berbeza-beza mengikut jenis haiwan, umur dan boleh dipengaruhi oleh pelbagai faktor.

Bah. Kesihatan Awam Veterinar dan Penguatkuasaan,  
JPHPT

Kementerian Pertanian dan Industri Makanan  
Aras 3, Blok B, Jln. Tasik Off Jln. Maktab Gaya  
Beg Berkunci 2051, 88999 Kota Kinabalu, Sabah

# KOMPOSISI DAGING HAIWAN



JABATAN PERKHIDMATAN HAIWAN

DAN PERUSAHAAN TERNAK

SABAH

Tel: 088-287400; Fax: 088-238418  
Laman Web: <http://www.sabah.gov.my/hwan>

*“Pertanian Adalah Perniagaan”*