

Kalender Ramadan

1446 H 2025 M

Jakarta

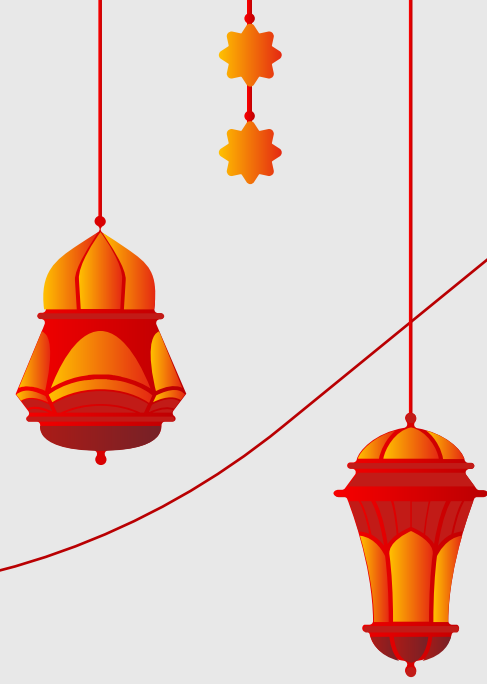
Sumber: Kemenag

Tgl	Imsak	Subuh	Terbit	Dhuha	Zuhur	'Ashr	Maghrib	Isya
1	04:33	04:43	05:55	06:22	12:08	15:12	18:15	19:24
2	04:33	04:43	05:55	06:22	12:08	15:11	18:14	19:23
3	04:33	04:43	05:55	06:22	12:08	15:10	18:14	19:23
4	04:33	04:43	05:55	06:22	12:08	15:08	18:14	19:23
5	04:33	04:43	05:55	06:22	12:08	15:08	18:13	19:22
6	04:33	04:43	05:55	06:22	12:07	15:08	18:13	19:22
7	04:33	04:43	05:55	06:22	12:07	15:09	18:12	19:21
8	04:33	04:43	05:55	06:22	12:07	15:09	18:12	19:21
9	04:33	04:43	05:55	06:22	12:07	15:10	18:12	19:20
10	04:33	04:43	05:55	06:22	12:06	15:10	18:11	19:20
11	04:33	04:43	05:55	06:22	12:06	15:10	18:11	19:19
12	04:33	04:43	05:54	06:22	12:06	15:11	18:10	19:19
13	04:33	04:43	05:54	06:22	12:06	15:11	18:10	19:18
14	04:33	04:43	05:54	06:21	12:05	15:11	18:09	19:18
15	04:33	04:43	05:54	06:21	12:05	15:12	18:09	19:17
16	04:33	04:43	05:54	06:21	12:05	15:12	18:08	19:17
17	04:32	04:42	05:54	06:21	12:04	15:12	18:08	19:16
18	04:32	04:42	05:54	06:21	12:04	15:12	18:07	19:16
19	04:32	04:42	05:54	06:21	12:04	15:13	18:07	19:15
20	04:32	04:42	05:54	06:21	12:04	15:13	18:07	19:15
21	04:32	04:42	05:54	06:21	12:04	15:14	18:07	19:15
22	04:32	04:42	05:53	06:20	12:03	15:14	18:06	19:14
23	04:32	04:42	05:53	06:20	12:03	15:13	18:05	19:14
24	04:32	04:42	05:53	06:20	12:02	15:14	18:05	19:13
25	04:32	04:42	05:53	06:20	12:02	15:14	18:04	19:13
26	04:31	04:41	05:53	06:20	12:02	15:14	18:04	19:12
27	04:31	04:41	05:53	06:20	12:02	15:14	18:03	19:12
28	04:31	04:41	05:53	06:20	12:01	15:14	18:03	19:11
29	04:31	04:41	05:52	06:20	12:01	15:14	18:02	19:11
30	04:31	04:41	05:52	06:19	12:01	15:14	18:02	19:10

Saatnya menang banyak selama Ramadan bersama yang

Selamat Menyambut Keberkahan Ramadan 1446 H

INSPIRASI MENU BULAN RAMADHAN



DAY - 1

Sahur

- Nasi 1,5 ctg
- Ayam panggang 1 potong besar
- Oseng tempe 5 sdm
- Tumis buncis wortel 10 sdm

Buka

- Kurma 3 buah
- Es timun selasih 1 gelas

Setelah solat maghrib

- Nasi 1,5 ctg
- Ikan bakar 1 ekor besar
- Sayur bening bayam 15 sdm
- Tahu kecap 1 potong sedang

Snack

- Bubur kacang hijau 1 mangkok

DAY - 2

Sahur

- Roti gandum 2 lembar
- Telur ceplok 2 butir
- Alpukat 0,5 buah
- Susu rendah lemak 1 gelas

Buka

- Kurma 3 buah
- Teh manis 1 sdt gula

Setelah solat maghrib

- Nasi 1,5 ctg
- Rica-rica daging sapi 2 potong besar
- Tumis kangkung 10 sdm
- Orek tempe 5 sdm

Snack

- Nagasari (1 potong)

DAY - 3

Sahur

- Nasi 1,5 ctg
- Orak arik telur 2 butir
- Ayam suwir 2 sdm
- Tempe goreng 1 potong besar
- Sayur bening bayam 10 sdm

Buka

- Kurma 3 buah
- Jus jeruk 1 gls

Setelah solat maghrib

- Nasi 1,5 ctg
- Sate daging 2-3 tusuk
- Tahu bacem 1 potong besar
- Tumis wortel buncis 10 sdm

Snack

- Kue lapis 1 potong

DAY - 4

Sahur

- Nasi 1,5 ctg
- Ikan bakar 1 potong besar
- Sayur lodeh santan cair 10 sdm
- Tahu lodeh 1 potong
- Pisang 1 buah

Buka

- Kurma 3 buah
- Es kelapa tanpa gula 1 gelas

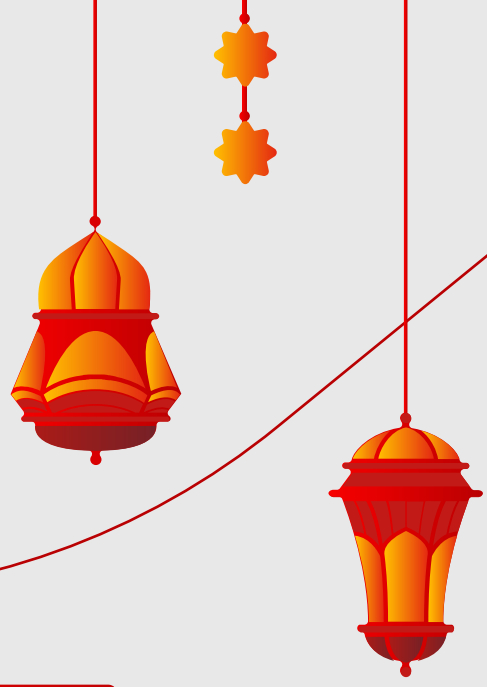
Setelah solat maghrib

- Nasi 1,5 ctg
- Ayam rica-rica 1 potong besar
- Tumis bayam tahu 10 sdm
- Kacang sangrai 1 sdm

Snack

- Getuk 1 potong

INSPIRASI MENU BULAN RAMADHAN



DAY - 5

Sahur

- Nasi 1,5 ctg
- Pecel
 - 10 sdm sayur
 - 3 sdm bumbu kacang
- Telur rebus 2 butir
- Pisang 1 buah

Buka

- Kurma 3 buah
- Teh manis 1 sdt gula

Setelah solat maghrib

- Nasi 1,5 ctg
- Ayam panggang 1 potong besar
- Tumis tahu tempe 5 sdm
- Urap-urap sayur 10 sdm

Snack

- Dadar gulung 1 buah

DAY - 6

Sahur

- Nasi 1,5 ctg
- Daging kecap 2 potong besar
- Tumis tahu 10 potong dadu
- Tumis tauge 10 sdm

Buka

- Kurma 3 buah
- Jus semangka 1 gelas

Setelah solat maghrib

- Nasi 1,5 ctg
- Ikan bakar 1 ekor sedang
- Botok telur asin 1 porsi
- Tumis sawi putih 10 sdm

Snack

- Salad buah tanpa keju dan kental manis 1 gelas

DAY - 7

Sahur

- Nasi 1,5 ctg
- Telur balado 2 butir
- Oseng tahu tempe 5 sdm
- Apel 1 buah

Buka

- Kurma 3 buah
- Es lemon tea 1 gelas

Setelah solat maghrib

- Nasi 1,5 ctg
- Ayam bumbu merah 2 potong sedang
- Sate telur puyuh 1 porsi (4 butir)
- Tumis kangkung 10 sdm

Snack

- Klepon 2 buah

DAY - 8

Sahur

- Roti gandum 2 lembar
- Alpukat 0,5 buah
- Telur orak-arik 2 butir
- Susu kedelai 1 gelas

Buka

- Kurma 3 buah
- Es cincau 1 gelas

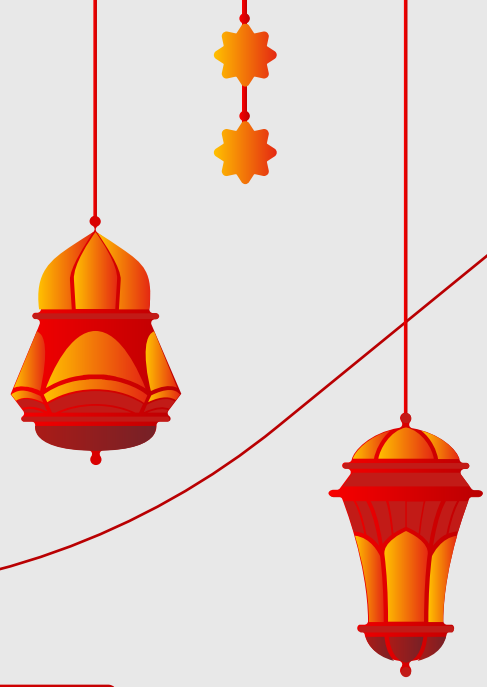
Setelah solat maghrib

- Nasi 1,5 ctg
- Bali ikan tongkol 2 potong sedang
- Bali tahu 1 potong sedang
- Oseng buncis 10 sdm

Snack

- Biskuit 3 keping
- Susu rendah lemak 1 gelas

INSPIRASI MENU BULAN RAMADHAN



DAY - 9

Sahur

- Nasi 1,5 ctg
- Tahu & tempe bacem @1 potong
- Tumis brokoli 10 sdm
 - Daging ayam 10 potong dadu

Buka

- Kurma 3 buah
- Teh manis gula 1 sdt

Setelah solat maghrib

- Nasi 1,5 ctg
- Ayam opor santan cair 1 potong
- Opor telur 1 butir
- Lalapan ketimun tomat 10 iris
- Pisang 1 buah

Snack

- Lapis 1 potong

DAY - 10

Sahur

- Nasi 1,5 ctg
- Daging bb lada hitam 2 potong besar
- Orak arik telur 1 butir
- Tumis pakcoy 10 sdm

Buka

- Kurma 3 buah
- Jus apel 1 gls

Setelah solat maghrib

- Nasi 1,5 ctg
- Pepes ikan 2 porsi
- Oseng tempe 10 potong dadu
- Oseng kacang panjang 10 sdm

Snack

- Onde-onde 1 butir