Dritter Tag.

Frühstück: Renne bis dir dein Atem ausgeht für eine halbe Minute.
Mittagessen: Gesottene Eier, Trockene Reisflocken, Pilze mit Buttersauce.
Abendessen: Gefüllte Eier, Brotstangen, Kopfsalat mit Mayonnaise.

Vierter Tag.

Frühstück: Tauche die Füße zwölfmal in kaltes Wasser und springe herum, bis sie trocken sind.
Mittagessen: Gebackene Eier, frische Brötchen, Löwenzahnsalat mit Nußcrème.
Abendessen: Reissuppe, Quark mit Schnittlauch, Pilze und Zwiebelsalat. Frisches Brot.

Fünfter Tag.

Frühstück: 5 Minuten Barfußgehen.
Mittagessen: Rührei, Matze, Kopfsalat mit Zwiebelspitzen und Mayonnaise.
Abendessen: Fastenspeise mit Pilzsauce, Broströllchen, Löwenzahnsalat, Reispudding.

Sechster Tag.

Frühstück: Barfußgehen im Tau.
Mittagessen: Mit Ei belegte Brötchen und Mayonnaise.
Abendessen: Gefüllte Eier mit Zwieback, Pilze mit Petersilie und Matze, Gemüsegelatine-Pudding mit Zitronen.

Siebenter Tag.

Frühstück: Ein Laufbad im Morgentau.
Mittagessen: Zwiebelomelette, Löwenzahnsalat.
Abendessen: Pilzsuppe, Nuß-Symposium mit Pilzsauce, Radieschensalat. Quark mit Matze.

Speisezettel für die mittlere Frühlingszeit.

Erster Tag.

Frühstück: Bad und Spaziergang.
Mittagessen: Erdbeeren mit Sahne und Reisflocken.
Abendessen: Spargeln auf Zwieback, Spinat mit Eiern, Erdnußröllchen, Tapiokapudding.

SLUB Wir führen Wissen. Kreismuseum Grimma