

Zweiter Tag.

- Frühstück: Gehe spazieren.  
Mittagessen: Maccaroni und Käse, Brunnenkresse mit Mayonnaise.  
Abendessen: Geriebene Suppe, Pilze mit Milchsauce, Salzgetriebenes Brot, Reispudding.

Dritter Tag.

- Frühstück: Ausatmungsübungen 5 Minuten lang.  
Mittagessen: Ananassaft. Mit Nußbutter belegte Brötchen.  
Abendessen: Quarkauflauf mit Nußcrème. Leinsamenröllchen. Löwenzahnsalat. Tapiokapudding.

Vierter Tag.

- Frühstück: Leere die Lungen aufs Äußerste.  
Mittagessen: Cakes oder „Cabins“ und Milch.  
Abendessen: Spargeln mit Milchsauce. Gesottener Reis und Kopfsalat. Bananemehlpudding.

Fünfter Tag.

- Frühstück: Im Grase gehen. Eine Prise pulverisierte Eierschale.  
Mittagessen: Braunes Brot mit Pilzsauce. Kopfsalat.  
Abendessen: Gebackener Reis mit Sauce, Spinat mit Ei, frische Kuchen, Cerealienkaffee.

Sechster Tag.

- Frühstück: Taubad und eine Prise Eierschalpulver.  
Mittagessen: Belegtes Brot mit Eiern und Kopfsalat.  
Abendessen: Reis mit indischem Curry, Löwenzahnsalat, Kaffee.

Siebenter Tag.

- Frühstück: Im Grase barfuß gehen und eine Prise Eierschalpulver.  
Mittagessen: Mit weißem Käse belegtes Brot, Grüner Zwiebel-salat mit Nußsauce.  
Abendessen: Gemüsepurée, Gemüsegewurst mit Pilzsauce, Spargeln auf Zwieback, Gemüsegelatine-Pudding mit Zitronensauce.

---