

		Dienstag.							
				enthält:	g Eiweiß	g Fett	g Rohstoffshydr.	Calorien	
A. Morgens	6 1/2 u. 9 Uhr: wie Sonntags				26,9	25,6	76,5	664	
Mittags	12 "	a) Reissuppe mit Eigelb (f. Recept Nr. 18)		"	4,6	9,2	15,2	167	
		b) 200 g rohes Fleisch als Beefsteak b (f. Rec. Nr. 22)		"	42,8	10,4	—	272	
		c) 40 g Röstbrod		"	3,3	0,4	30,8	144	
		d) 25 g Gebäck wie Sonntags (f. Rec. Nr. 48)		"	2,0	1,5	14,0	80	
		e) 1 kleine Tasse schwarzer Kaffee		"	—	—	—	—	
Nachmittags	4 "	wie Sonntags (f. Recept Nr. 85 a)		"	13,5	15,8	44,6	385	
Abends	7 "	a) Leguminosensuppe m. 15 g Fleischsg. (f. Rec. Nr. 11) oder Suppe aus 1/4 Timpe's Suppentafel.		"	7,6	1,0	12,6	92	
		b) 1/2 gebadene Griesflöße a (f. Recept Nr. 41)		(üb. d. Nährwerthberechnung f. Rec. Nr. 20)	16,4	18,9	50,5	450	
		c) Weinsauce (f. Recept Nr. 72)		"	4,0	5,1	26,4	173	
				Summa:	121,1	87,9	270,6	2427	
C. Abends	7 Uhr statt der ganzen obigen Diät:	a) 300 g Macaroni (100 g ungekocht) (f. Recept Nr. 46)		enthält:	8,3	12,7	76,0	464	
		b) Vanillesauce a (f. Rec. Nr. 58)		"	10,5	9,2	46,1	318	
D. " "	" "	a) Leguminosensuppe mit 15 g Fleischlösung (f. Rec. Nr. 11) oder Suppe aus 1/4 Timpe's Suppentafel		"	7,6	1,0	12,6	92	
		b) 300 g Macaroni (100 g ungekocht) (f. Recept Nr. 46)		(üb. d. Nährwerthberechnung f. Rec. Nr. 20)	8,3	12,7	76,0	464	
		c) 1/2 Vanillesauce a (f. Rec. Nr. 58)		enthält:	5,2	4,6	23,0	159	
E. Abends	7 Uhr statt der ganzen Diät:	a) 500 ccm Sauermilch		"	17,0	18,0	17,5	309	
		b) 60 g Röstbrod		"	5,0	0,6	46,2	215	
		c) 10 g Butter.		"	0,1	8,3	—	78	
		d) 20 g Gebäck wie Sonntags (f. Recept Nr. 48)		"	1,6	1,2	11,2	64	

B. Die Variation vom Sonntag ist anzuwenden.

Variationen.

- C. Abends 7 Uhr statt der ganzen obigen Diät: a) 300 g Macaroni (100 g ungekocht) (f. Recept Nr. 46) .
b) Vanillesauce a (f. Rec. Nr. 58)
a) Leguminosensuppe mit 15 g Fleischlösung (f. Rec. Nr. 11)
oder Suppe aus 1/4 Timpe's Suppentafel .
b) 300 g Macaroni (100 g ungekocht) (f. Recept Nr. 46) .
c) 1/2 Vanillesauce a (f. Rec. Nr. 58)
E. Abends 7 Uhr statt der ganzen Diät: a) 500 ccm Sauermilch .
b) 60 g Röstbrod .
c) 10 g Butter .
d) 20 g Gebäck wie Sonntags (f. Recept Nr. 48) .

B. Die Variation vom Sonntag ist anzuwenden.