

d. v. s. ca. 18,1 g Fedtstof daglig pr. Enhed. Der er al Grund til at stræbe noget højere med Flæskrationen. *Under 250 g bør den næppe være, helst noget højere.* Dette vilde svare til Normalforbruget hos Arbejdere. Det aarlige Forbrug af Flæsk pr. Person vilde derved blive 13 kg. En Del af Flæsket maatte vel kunne substitueres med Svinekød i Forholdet $\frac{3}{2}$, som af Ernæringsraadet foreslaaet.

Strengt arbejdende Mennesker bør man kunde tilstaa et Tillæg paa 50—75 g ugentlig.

Af vedlagte Tabel fremgaar det, at der i de allerede rationerede Næringsmidler (1), og ved den i dette Forslag anførte Mængde Smør (2) og Flæsk (3) bydes den danske Befolkning følgende Fedtstofmængde:

	daglig pr. Pers.	pr. Enhed
1. Brød, Sukker	4,47 g	5,25 g
2. 300 g Smør pr. Person pr. Uge	35,60 -	42,30 -
3. 250 g Flæsk pr. Person pr. Uge	16,10 -	18,90 -
	<hr/>	<hr/>
	56,17 g	66,45 g
4. I de øvrige Næringsmidler, anførte i den Mængde som foreslaaet af Udvalget af 4. April 1917, findes der (efter at Svind er fradraget og under Anvendelse af de anførte Procenttal for Fedtindholdet)	14,42 -	16,97 - Fedt daglig
Dagligt Fedtindhold	70,59 g	83,42 g
	pr. Pers.	pr. Enhed

Beregning af Fedtindholdet i 1 Dags Kost.

	pCt. Fedt	Gram Fedtstof pro pers.	= pr. Enhed
1) Sukker		»	»
267 g Rugbrød	1	2,67	
90 - Franskbrød	2	1,80	
		<hr/>	
		4,47	5,25
2) 42,9 g Smør	83	35,60	42,30
(300 g ugentlig).			
3) 35,7 g Flæsk	45	16,10	18,90
(250 g ugentlig).		<hr/>	<hr/>
		56,17	66,45
4) Øvrige Næringsmidler, angivne pr. Enhed pr. Uge:			
	Netto	pCt. Fedt	g Fedt pr. Enhed
2450 g Kartoffler	1738	»	»
70 - Kartoffelmel	70	»	»
560 - Byggryn	560	2	11,20
70 - Havregryn*)	70	6	4,20
700 - Sødmælk	700	3	21,00
1400 - Skummet Mælk	1400	0,5	7,00
560 - Oksekød	420	10	42,00
210 - Æg	190	11	20,90
140 - Ost	125	10	12,50
875 - Øl	875	»	»
875 - Bajersk Øl	875	»	»
700 - Grønsager	560	»	»
			<hr/>
			118,80
Gennemsnit pr. Dag			16,97
— — — pro pers.		14,42 g	

Alf. Erlandsen.

*) Nedsættes Gryn som foreslaaet til 280 g Byggryn og 80 g Havregryn fragaar daglig 0,6 g Fedt pro pers.