

at hver enkelt af de anførte Middage fuldt ud dækker saavel det kaloriemæssige Behov som Behovet af Salte og Vitaminer, der maa kræves dækket af Middagsmaaltidet. Udkastet omfatter 35 Middage, hvoraf dog 8 (28—35) er tænkt anvendt paa Søn- og Helligdage.

Et Middagsmaaltid bestaar sædvanlig af to Retter Mad, Forret og Eftermad. I enkelte Tilfælde erstattes Forretten med Dessert. Yderligere er der dog — i Tilfælde af, at man skulde finde det ønskeligt at gaa over til kun at servere een Ret — udarbejdet Udkast til 9 „Dobbeltretter“, der gør det ud for en Middag.

Paa Indkøbslisterne er angivet den Vægt, der skal købes af de forskellige Varer, saaledes at der i denne er beregnet Svind og Spild.

Det forudsættes, at alle de udskaarne Sener og Ben (af Kød og Fisk) afkoges til Suppe, der kan udgøre Grundsuppen i de forskellige Grønsagssupper og Sauce.

Det er beregnet, at alt overflødig Fedt skæres fra Kødet i raa Tilstand og afsmeltes.

Til Grøddretter og Vælling er der beregnet Skummetmælk, hvorimod der serveres Sødme til Grød, Øllebrød o. lign.

Grønsagssupper og Grønsager er anvendt i stor Udstrækning paa Grund af deres store Indhold af Salte og Vitaminer.

Grønsager skal koges friske hver Dag i saa kort Tid og i saa lidt Vand som muligt. Urtesuppen (Kartoffelvandet) maa der findes Anvendelse for i Supper og Sauce. Der bør saa vidt muligt kun anvendes friske Grønsager. Kun i ganske enkelte Tilfælde kan det blive nødvendigt at gøre Brug af henkogte Grønsager (Tomatpuré).

Ved Kogning af Kartoffler og Grønsager kan det under Forudsætning af, at Udleveringen fordeler sig over et vist Tidsrum, anbefales at koge disse Ting i mindre Portioner, saaledes at man med passende Mellemrum, f. Eks. hver 20de Minut, sætter en Portion Kartoffler (eller Grønsager) over Ilden. Man vil derved stadig have friskkogte Kartoffler til Udlevering, ligesom Produkterne ved denne Fremgangsmaade lettere bevares hele.

Fisk maa ligeledes koges i passende Portioner ad Gangen. Fisken koges lettest uden at gaa itu, naar den udbredes i et enkelt Lag paa perforeret fortinnede Bakker.

Til Stegning af Kød og Fisk anvendes i saa stor Udstrækning som muligt overflødig Fedt, der som tidligere nævnt afsmeltes.

Større Stege kan, naar ikke alt Fedtet er fjernet, sættes tørre ind i en velopvarmet Ovn.

Sauce maa altid smages meget omhyggeligt til med de Ingredienser, der anføres i Opskriften.

#### *Prisansættelsen.*

Priserne er, efter Ministeriets Ønske, udarbejdet paa Basis af Detailprisen. Som Grundlag for Beregningen er anvendt Statistiske Meddelelser for Januar 1941. Da Priserne jo imidlertid ligger forskelligt i forskellige Dele af Landet, har man skitseret en Oversigt over Priserne for de anvendte Varer, saaledes som de i Henhold til Statistiske Meddelelser fordeler sig mellem København, Provinsen og Landdistrikter. Det vil dog sikkert være ønskeligt, om Statistisk Departement foretog en nøjere Forholdsberegning over disse Priser — omregnet efter det nye Pristal for April. Man har regnet med, at Engrospriserne for disse Varer gennemsnitlig ligger ca. 20 pCt. lavere, og vil mene, at man overalt vil kunne træffe Aftale med Leverandørerne om en Kvantumsrabat, der nærmer sig Engrospriser, hvor det drejer sig om saa store Leverancer som her.

Foruden det egentlige Forslag medfølger desuden Udkast til 9 „Dobbeltretter“, d. v. s. een Ret, der gør det ud for to Retter, idet man skønner, at det under visse Omstændigheder kunde være ønskeligt at servere een enkelt Ret i Stedet for Formad og Eftermad.

De anførte Dobbeltretter ligger lidt lavere i kaloriemæssig Henseende end to Retter, idet det er vanskeligt at substituere Formadens Kulhydrater. Kalorietallet kan dog ingenlunde siges at være utilstrækkeligt, idet det (naar man medregner 2 Skiver Rugbrød) kommer op paa godt 1 200 Kalorier. Man har forsøgt at tilsætte forskellige Grynssorter, og det lader sig meget vel gøre, ogsaa smagsmæssigt set. Under normale Forhold