

Fri Læsning

A-951,69

Statens civile Luftværn

København, den 4 Juni 1945

J. Nr. 810/ 1945.

Under Henvisning til det med Arbejds- og Socialministeriets Skrivelse af 24 Maj 1945 udsendte Kostreglement for tyske Flygtninge i Lejre og paa Lazaretter skal man anmode Hr. Luftværnschefen om at foretage følgende Rettelse i Reglementet.

Rugbrødsrationen angives at være 300 gr. (800 Kalorier) den skal være 350 gr. (900 Kalorier).- Tørkostportionens samlede Kalorieindhold vil herefter være 1548 Kalorier.

Kartoffelsuppens samlede Kalorieindhold skal være 675 (ikke 674).-

Kørvel- eller Spinatsuppens Kalorieindhold er 539(ikke 604).

Samtidig foretages der ved Beregningen af Kostportionernes Antal med Hensyn til Børn den Endring, at to Børn mellem 4 og 10 Aar regnes = 1 voksen.

Det tilføjes, at Reglementet med de anførte Rettelser ogsaa vedrører Forplejningen af de i Landet værende tyske militære Lazaretter og Værnemagtsafdelinger.

P.L.V.

Einar Schrøder.

/ V. Sørensen.

Til samtlige Luftværnschefer og Lejrchefer.

Kostreglement for tyske Flygtninge i Lejre og paa Lazaretter.

		<u>Fuldkost:</u>
<u>1. Tørkostportioner:</u>		Kalorier
350	300 gr. Rugbrød	800 900
125	" Sigtebrød	321
20	" Smør el. Fedt	154
25	" Kødpaalæg	80
25	" Ost(mager)	35
15	" Sukker	<u>58</u>

Ialt. 1748. 1548

Hvor Forholdene gør det muligt bør indtil 150 gr. Rugbrød erstattes af den tredobbelte Vægtmængde Kartofler.

2. Middag:

Efter omstaaende Ingrediensliste (1/2 l pr voksen Person).

1. Dag Hvid Søbekaal
2. " Kartoffelsuppe
3. " Havrevælling
4. " Gule Erter
5. " Kørvel-, Spinat eller Grønkaalssuppe
6. " Sulevælling
7. " Bygvælling.

3. Varm Drik:

The 2 Gange daglig, 1 gr. The pr. Person daglig.

4. Mælk:

Børn under 15 Aar og gravide i de sidste 3 Maaneder gives 1/2 l Sødmealk.

Skaanekost:

Rugbrød erstattes med det halve Kvantum Sigtebrød.

Sigtebrød kan i særlige Tilfælde, hvor det ^{er} af diætiske Hensyn nødvendigt, erstattes med samme Kvantum Franskbrød.

Pølse erstattes med Leverpostej.

I ganske ekstraordinære Tilfælde kan der rent undtagelsesvis af den danske tilsynsførende Læge ordineres Ekstraforplejning i Form af et enkelt Eg, Bouillon eller lignende.

Middagsretten kan om nødvendigt erstattes med :

- $\frac{1}{2}$ l Vandgrød af Byg eller Havre
- $\frac{1}{2}$ l Mælkegrød
- $\frac{1}{2}$ l Kartoffelstuvning m/ Gulerødder

For herefter at opnaa et tilstrækkeligt Kalorieindhold kan gives et Tilskud af Kartoffelmos.

Børn under 3 Aar:

Børneretter indeholdende Grøntsager (Gulerødder, Spinat, Rabarber, Hvid-og Blomkaal)

Syge paa Lazaret gives $\frac{1}{2}$ l Sødmælk.

Gravide i de sidste 3 Maaneder kan gives Tilskud af $\frac{1}{2}$ l Sødmælk.

Ved Beregning af Kostportionernes Antal regnes $\frac{2}{3}$ Børn mellem 4 og 10 Aar = 2 voksne.

<u>Hvid Søbekeal</u>	<u>Kalorier</u>	<u>Gule Erter.</u>	<u>Kalorier</u>
200 gr. Hvidkaal	60	70 gr. gule Erter	226
35 " Rugmel, groft	113	300 " Kartoffler	279
150 " Gulerødder	84	150 " Gulerødder	84
300 " Kartoffler	279	50 " Selleri el. Pastinak	15
	<u>536.</u>		<u>604</u>

Kartoffelsuppe.

500 gr. Kartoffler	480
150 " Gulerødder	85
150 " sk. Mælk	45
20 " gr. Rugmel	65
	<u>674</u>

Kørvel- el. Spinatsuppe.

100 gr. Kørvel	56
400 " Kartoffler	384
150 " Gulerødder	84
50 " Selleri el. Pastinak	15
	<u>604. 539</u>

Havrevælling

60 gr. Havregryn	233
500 " sk Mælk	150
	<u>383</u>

Sulevælling.

400 gr. Kartoffler	384
150 " Gulerødder	84
30 " gr. Rugmel	97
100 " Kaalrabi	56
	<u>621</u>

Bygvælling.

60 gr Bygmel	194
500 " sk. Mælk	150
	<u>344</u>

En Gang ugentlig kan Middagsmaden tilsættes 50 gr. Kød eller Flæsk pro persona.