

1916

# Matsedel

för

---

Ur KB:s samlingar

Digitaliserad år 2021



National Library  
of Sweden

Dato .....

1916

# Matsedel

för

---

Dato .....



**Första frukost kl.** .....

- Ant. a) Hafregrynsgröt med mjölk ..... gram; grädde .....  
gram. (Till hvar grötportion beräknas ..... gram gryn,  
som läggas i vatten dagen förut för att svälla samt kokas  
så länge med ..... gram mjölk el. vatten, att de när  
de förtäras, kännas smälta sönder på tungan).
- el. b) Hafrevälling ..... gram, kokt på gryn el. mjöl, med mjölk  
el. vatten.
- .....
- .....

**Andra frukosten kl.** .....

Bör bestå af:

- I ant. a) 2 ägg; ..... äggomelett .....
- el. b) Färskt kött, fint fördeladt ..... gram (Bäst i form af  
köttbullar, köttpudding, skafd färsk och kokt mager skinka,  
malet el. skafdt stekt el. halstradt kött; korf, som hvarken  
är salt el. fet el. starkare rökt; paltpudding utan lök; palt-  
bröd, om det är väl sönderkokt).
- .....
- .....

- el. c) Färsk fisk (kokt el. stekt med rifvet bröd och smör).....  
gram. Till köttet el. fisken får ätas potatis ..... gram,  
väl sönderkrossad (i form af mos el. potatisbullar o. s. v.)
- .....

- II a) Mjöl ..... gram, grädde ..... gram.
- b) Té el. chokolad med el. utan socker och grädde.
- c) Rostadt hvetebröd ..... gram, skorpor ..... stycken.
- d) Smör ..... gram.
- Ss. pålägg å smörgåsar .....
- .....
- .....
- .....



Middag kl. ....

- I. Bröd ..... gram, smör ..... gram.  
II. Kött ss. vid frukost ..... gram, fisk ss. vid frukost  
..... gram.
- .....
- .....

- Till köttet ant. a) Potatis ss. vid frukost ..... gram el. annan krossad trindfrukt ss. morötter, jordärtskockor, kålrötter (ej brynta) ..... gram.  
el. b) Mycket väl kokta risgryn (grynen behandlas ss. hafregryn, se ofvan) ..... gram.  
el. c) Maccaroni, väl kokta ..... gram.  
el. d) Spenat ..... gram, späda turska bönor ..... gram, mycket unga gröna ärter ..... gram. Blomknoppen af blomkål ..... gram.
- .....
- .....

- III. Soppa ..... gram.  
Bestående af a) Buljong med en ägg-gula. Puréer på ..... rötter.  
el. b) Välling af sago, hvetemjöl, hafremjöl, risnjöl. Äggmjölk. Sur mjölk.  
el. c) Saftsoppa, fruktsoppa med sönderkrossade frukter.  
el. d) Frukmos, bärkräm af lingon, blåbär, hallon etc., ej starkt söttade, med mjölk och grädde.
- .....
- .....

Ss. *Efterrätt* kan ifrågakomma: kräm och frukmos med grädde, vin- och fruktgeléer, vattenbakelser, kakes, tébröd, sockerkaka.

.....

