

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Die Führung eines Haushaltes in bescheidenen Verhältnissen**

**Mang, Adolf**

**Heidelberg, 1890**

Tabelle: Mittag- und Abendessen für 4 Personen. No. 1. Für Frühjahr.

**urn:nbn:de:bsz:31-56775**

Mittag- und Abendessen für 4 Personen.

No. 1. Für Frühjahr.

Sonntag.		
Reisuppe (nach Kochrezept No. 18)	250 Gramm Rindfleisch	30 Pfg.
Rindfleisch (No. 1)	100 " Reis	4 "
Petersilienkartoffeln (No. 33)	2000 " Kartoffeln	12 "
Abends:	90 " Fett	9 "
Käse mit Brot.	Salz u. Petersilie	4 "
Kaffee <sup>1)</sup>	200 " Magerkäse	10 "
} 69 Pfg.		
Montag.		
Sauermilch mit gerösteten Kartoffeln (No. 39)	2000 Gramm Sauermilch (Magermilch)	20 Pfg.
Abends:	2500 " Kartoffeln	15 "
Hering mit Brot.	80 " Fett	8 "
Kaffee	50 " Zwiebeln, Salz	2 "
	2 Heringe (mariniert)	12 "
} 57 Pfg.		
Dienstag.		
Sauerkraut (No. 31) mit Erbsen (No. 36)	1000 Gramm Sauerkraut	12 Pfg.
Abends:	500 " Erbsen	18 "
Milchsuppe (No. 21)	125 " Fett	12 "
	Salz und Pfeffer	1 "
	1500 " Magermilch	15 "
} 58 Pfg.		
1,84 M.		

<sup>1)</sup> Die 1½ Liter Milch des Frühstückes geben 6 Tassen, ebenso giebt der Kaffee 6 Tassen, zusammen 12 Tassen. Davon treffen auf Vater und Mutter für den Morgen und Abend je 2 Tassen, auf jedes Kind je 1 Tasse für Frühstück und Abendessen. Giebt es am Abend Suppe, so wird der Kaffee zum 4 Uhrbrot genossen. Zu jedem Mittagessen wird noch reichlich Brot gegessen, was zugleich für die Verdauung sehr gesund ist!

<b>Mittwoch.</b>		Übertrag	1,84 M.	
Bohnensuppe (No. 14)	250 Gramm weiße Bohnen	9 Pfg.	} 56 Pfg.	
Kartoffelschnitz (No. 38) mit grünem Salat (No. 49)	2000 " Kartoffeln	12 "		
	100 " Fett	10 "		
	Salat (Lattich)	10 "		
Abends: Zwiebelsuppe (No. 19)	Zwiebeln, Salz, Pfeffer	2 "		
	15 Gramm Salatöl (Wohnöl)	2 "		
	50 " Zwiebeln	1 "		
	50 " Fett	5 "		
	150 " Mehl	5 "		
<b>Donnerstag.</b>				
	1000 Gramm Sauerkraut	12 Pfg.	} 56 Pfg.	
Brotsuppe (No. 20)	500 " Mehl	18 "		
Sauerkraut (No. 31) mit Spätzle (No. 47)	50 " Fett	5 "		
	50 " Fett zur Suppe	5 "		
Abends: Kartoffeln (No. 32) mit weichem Käse	1000 " Kartoffeln	6 "		
	300 " weicher, frischer Käse	9 "		
<b>Freitag.</b>				
	250 Gramm Stockfisch	20 Pfg.		} 60 Pfg.
Stockfisch (No. 9) mit Kartoffelschnitz (No. 38)	2000 " Kartoffeln	12 "		
	100 " Fett	10 "		
Abends: Milchsuppe (No. 21)	100 " Zwiebeln, Salz	3 "		
	1500 " Magermilch	15 "		
<b>Samstag.</b>				
	375 Gramm weiße Bohnen	13 Pfg.	} 64 Pfg.	
Bohnen (No. 42) mit Spätzle (No. 47)	500 " Mehl	18 "		
	50 " Fett	5 "		
Abends: Geröstete Kartoffeln (No. 39) mit Milch	50 " Zwiebeln, Salz	2 "		
	1000 " Kartoffeln	6 "		
	50 " Fett	5 "		
	1500 " Magermilch	15 "		
	Also pro Woche		4,20 M.	
		10*		