

BODSFÆNGSLETS SPISEREGLEMENT.

Under 23. Maj sidstleden tilstillede Fængselslæge KIONIG mig følgende skrivelse:

I anledning af den fra det høje justitsdepartement tilstillede anmodning om at fremkomme med en erklæring om, „hvorvidt det i Bodsfængslets spisereglement fastsatte kvantum brød er passende, eller om der er grund til at foretage nogen nedsættelse deri, og i så fald om der i forbindelse dermed bør foretages nogen anden forandring i det gældende spisereglement“, har det været nødvendigt at indhente oplysninger og at foretage undersøgelser, der først nu ere afsluttede. Dette er årsagen til, at ikke min besvarelse tidligere har kunnet fremkomme.

Det kvantum brød, som et voxent menneske kan udnytte pr. dag, udgør efter Professor VOIT næppe mere end 750 gram, og i en netop udgiven brochure*) ansætter han det passende kvantum til 560 gram. I de preussiske fængsels spisereglementer er brødrationen**) fastsat til 625 gram for hver mand og til 450 gram for hver kvinde, medens den i de svenske og danske er sat til 750 gram, ja i de danske for vintermaanederne endog til 1000 gram. I Bods-fængslets ordinære spisereglement udgør det daglige kvantum brød pr. individ 660 gram, hvilket altså er et midlere

*) Bulletin de la commission pénitentiaire internationale. Nr. 14. Avril 1884.

**) Dr. BAER. Gefängniss - Hygiene. Leipzig 1882.

tal og synes efter det anførte at kunne betegnes som en passende mængde; herfor taler også de erfaringer, jeg har fra fængslet, idet der i den tid af straffen, da kun den ordinære kost tilstedes, forekommer meget få tilfælde af dyspepsi og gastriske forstyrrelser; de fleste maver forliges godt med dette kvantum. Anderledes stiller forholdet sig, når tillægskosten kommer til; for den enkelte — med et tillæg af 110 gram — stiger brødportionen til 770 gram; dette lader sig endda høre — uagtet det overskrider det af Vorr opstillede maximum —, når man tager hensyn til det forskellige individuelle behov, til legemsbygning, vægt, arbejde og vane; men for dobbelt tillægskost går brødportionen op til 880 gram, og dette er for meget; der bortødsles ikke alene brød, men fordøjelsen forstyrres, idet en for stor mængde brød fremkalder hyppige og løse udtømmelser, hvorved andre vigtige næringsstoffer, som albuminaler, bortføres uden at komme organismen tilgode.

Den mængde brød, som ikke opspises i fængslet, beløber sig om ugen til omkring 12 kg., men i den varme årstid skal den beløbe sig til det dobbelte; dette er altså ganske bortkastet. 1 kg. brød koster nu ca. 16 øre, altså bortkastes om ugen brød for kr. 1,92 og i den varme årstid for det dobbelte beløb. At fordøjelsen ved den større tilførsel af brød forstyrres, synes ogsaa at bekræftes ved de udførte vejninger, idet tabet hos fanger med tillægskost, eller rettere uagtet tillægskost, gennemgående er større; tillige fremkommer hos disse hyppigere gastriske forstyrrelser, som kardialgi, kolik og diarrhoe, hvilket efter min mening hovedsagelig skyldes den forøgede brødtilførsel, om end det længere ophold i fængslet her ogsaa kommer i betragtning, i al fald som disponerende moment.

Ved fastsættelsen af brødrationen må man ogsaa tage hensyn til brødets beskaffenhed, dets tilberedning og baging, samt til brødets ælde. Ikke alt brød er lige rigt på faste bestanddele; det myge rugbrød, ovnsbrødet, som vi bruge, indeholder i fersk tilstand mellem 40 til 50 pct. vand, og jeg

antager, at kommissbrødet, som bruges i fængslerne her i byen, indeholder den samme vandgehalt. Den sidstnævnte brødsort, der er mere klidholdig, fordøjes mindre let end brød af finsigtet mel; af hint går indtil 43 pct., af dette kun 30 pct. bort som ufordøjet med ekskrementerne. Af hvedebrød fordøjes en endnu større del, men så bliver man lettere sulten derefter, det er „ikke så godt at gå på“. Ønskeligt måtte det være at have en ensartet og hensigtsmæssig brødkost for alle fængsler. Såvidt jeg har forstået Dr. BAER, har man dette i de preussiske fængsler, for hvilke følgende opskrift gælder: af 50 kg. rug — efter udskillelse af 15 pct. klid og 3 pct. affald — bages 57,0 til 57,5 kg. (114—115 skålpund) brød; dette benyttes først, når det er 4 dage gammelt, efter at det således har mistet en del af sin vandgehalt, er bleven fastere og kompaktere.

Det er naturligvis af største vigtighed, at brødet er godt bagt og stegt; derved bliver det både mere velsmagende og fordøjeligt, en omstændighed, som man også må have for øje ved fastsættelsen af brødrationen.

Af det anførte fremgår, at jeg ikke finder det nødvendigt at forandre det i det ordinære spisereglement opførte kvantum brød, nemlig 660 gram daglig pr. individ; jeg anser dette passende for fanger med moderat arbejde, uagtet det er noget større end brødportionen i de tyske fængsler; men her er der en større mængde melspiser, poteter og rødder end hos os. Med det af VOIT opstillede kvantum lader det sig, om end noget højt, også forene, og min erfaring fra fængslet synes at bekræfte berettigelsen af denne opfatning. Tillægskosternes brød anser jeg derimod overflødigt for fanger med moderat arbejde; men for fanger med mere anstrængt arbejde, som smede, snedkere og vaskere o. a., finder jeg det rigtigt at beholde brødet i enkelt tillægskost, 110 gram; hvorved altså det hele kvantum brød pr. dag går op til 770 gram pr. individ; herved overskrides vistnok VOITs maximum, dog kun ubetydeligt; alle således opførte værdier er, som tidligere antydet, blot relative. Den dobbelte

tillægskost finder jeg derimod helt og holdent at burde sløjfe.

Istedenfor den således ophævede tillægskost bør man tilføje den ordinære kost de bestanddele, som den mangler for at kunne tilfredsstille det normerede krav; det indsparede tillader dette, hvorom mere nedenfor. Det, som fangekosten i vort spisereglement mangler, er da fedt.

Efter det af VOIT, PLAYFAIR o. a. opstillede regulativ for en fange med moderat arbejde bør kosten indeholde 118 gram albuminater, 56 gram fedt og 500 gram kulhydrater; fangekosten i Bodsfængslet indeholder efter den af mig gjorte beregning som middeltal ca. 121 gram albuminater, 42 gram fedt og 517 gram kulhydrater, altså en ikke ubetydelig mangel på fedt, et minus, der uden tvivl efter nogen tids forløb vil svække fangens ernæringstilstand, medens det plus, der er tilstede af de tvende andre næringsstoffer, ikke er tilstrækkeligt til at erstatte det manglende fedt. Denne mangel kan på det nærmeste rettes ved at tilføje kosten 16 gram smult eller smør 4 dage i ugen. Kosten fordyres noget heved, men dette vil udlignes, når der istedenfor øllebrød til frokost 5 dage i ugen sættes havremelsvelling, og istedenfor bygmelsgrød torsdag middag sættes havremelsgrød. Havremelet er nemlig ikke så lidt billigere end bygmelet; således koster $\frac{1}{2}$ liter havremelsvelling, hvortil der medgår kg. 0,040 mel og $\frac{1}{6}$ liter mælk, kr. 0,020, medens $\frac{1}{2}$ liter øllebrød koster kr. 0,037; $\frac{3}{4}$ liter havremelsgrød bliver ubetydeligt billigere end bygmelsgrød, da der til hin medgår forholdsvis mere mel end til denne. Som rigere på albuminater og fedt vil havremelet tilføre kosten mere af disse stoffer end bygmelet, og der er neppe nogen tvivl om, at havremelet som et kraftigere næringsmiddel burde indtage en højere plads blandt arbejderens husholdningsstoffer; nu har til og med VOIT fundet, at det skal indeholde lidt jevn. Jeg har anstillet forsøg med de nævnte retter af havremel i fængslet; med vellingen gik det bedre end med grøden, det er for simple retter for ar-

bejderen. På landet får man ikke tjenestefolk til at spise dem; men jeg nærer ingen tvivl om, at de vil accepteres, når de kun bliver godt tilberedte. Alle alternativer må imidlertid bort, der må kun findes stående retter. Alternativerne i spisereglementet bidrager kun til at vække uro og begær og er efter min mening forkastelige i penitentiar henseende; det hører til god opdragelse at kunne spise al mad, når den kun er ren og ordentlig tilberedt.

Ved indførelsen af havremelsvelling og -grød får kosten også mere afvexling, en væsentlig betingelse for et hensigtsmæssigt spisereglement, og vi har nu hovedbetingelserne opfyldte, idet kosten også 2 gange i ugen indeholder kød og en gang kødholdigt flæsk, tilsammen over 300 gram, hvorved det stipulerede kvantum er nået; ligeså er der sørget for de vigtigste kryddermidler, som salt, peber og edike, hvilke efter det gældende spisereglement dels findes i kosten, dels tilstås særskilt. Kun et par mindre forandringer finder jeg endnu at burde foretage; der bliver nemlig efter de udførte beregninger i det opstillede spisereglement noget for lidt fedt og kulhydrater; fedtet erstattes mere end tilstrækkeligt ved overskuddet af albuminater, men for at nå det normerede kvantum kulhydrater har jeg troet at burde give havrefladbrød: 70 gram 4 gange i ugen; herved bliver der tilstrækkeligt kulhydrater, der bliver afvexling, og fladbrødet er et hensigtsmæssigt diætetisk middel. Det i enkelt tillægskost indeholdte brød og smør bibeholdes, og bør hertil føjes $\frac{1}{2}$ liter sød mælk (der vil passe for fanger med svag fordøjelse og som tiltrænger mere næring); man får altså tillægskost og tillægskost med mælk.

Dette supplement til den ordinære kost for fanger med mere anstrængt arbejde antager jeg rettest bør uddeles af direktør og læge i forening; det tilkommer ikke lægen alene at afgøre dette, direktørens mening (om fangens flid og forhold) bør her med lige stor ret komme i betragtning.

Efter det anførte tillader jeg mig at foreslå:

1. Det i det ordinære spisereglement fastsatte kvantum brød bibeholdes.

2. Et supplement, bestående af brød 110 gram og smult eller smør 16 gram og af $\frac{1}{2}$ liter sød mælk, kan tilstås fanger med anstrængt arbejde, som smede, vadskere, snedkere o. a., efter direktørens og lægens nærmere bestemmelse.

3. Dobbelt tillægskost sløjfes.

I det ordinære spisereglement gøres følgende forandringer.

a. Mandag, tirsdag, torsdag og lørdag gives (til frokost) for dagen: 16 gram smult til fanger i de 2 første klasser, 16 gram smør til fanger i de højere.

b. Søndag, tirsdag, onsdag, fredag og lørdag gives til frokost 0,50 liter havremelsvelling istedetfor 0,50 liter øllebrød, mandag og torsdag 0,50 liter øllebrød som før.

c. Torsdag middag gives 0,75 liter havremelsgrød istedenfor 0,75 liter bygmelsgrød.

d. Søndag, tirsdag onsdag og fredag gives til middag havresfladbrød 70 gram.

e. Alle alternativer sløjfes.

Med de af mig foreslåede forandringer vil altså spisereglementet blive således som på omstående side anført. Jeg har opført smult- og smørportionen til frokost, ligesom jeg for søndag også har sat denne til frokost istedenfor som før til aften, da denne efter min mening bør gives fangen for dagen, såat han kan benytte den til det måltid, han ønsker. Den følgende morgen må alt brød, al mad tages bort, som er bleven tilovers fra den foregående dag.

Den i spisereglementet opførte mellemdiæt anser jeg for overflødig; den er for ensformig og bruges sågodtsom aldrig. Den kan erstattes ved $\frac{3}{4}$ eller $\frac{1}{2}$ kost, hvilke betegnelser bør noteres i spisereglementet.

Sygekosten har jeg troet at kunne beholde uforandret, ligeså den opførte diæt.

Spisereglement

for friske fanger i Bodsfængslet.

Dage.	Morgen.	Middag.	Aften.
Søndag.	Brød 0,220 kg. Havremelsvelling 0,50 liter. Smult eller smør 0,016 kg.	1 liter ærtesuppe. 0,065 kg. flæsk. 0,220 kg. brød. Havrefladbrød 0,070 kg.	Brød 0,220 kg. Mælk 0,50 liter.
Mandag.	Brød 0,220 kg. Øllebrød 0,50 liter. Smult eller smør 0,016 kg.	0,75 liter bygmels- grød. 0,40 liter mælk. 0,016 kg smult eller smør 0 220 kg. brød.	Brød 0,220 kg. Mælk 0,50 liter.
Tirsdag.	Brød 0,220 kg. Havremelsvelling 0,50 liter. Smult eller smør 0,016 kg.	1 liter sirupssuppe. 0,100 kg. sild og 0,50 kg. poteter. 0,220 kg. brød. 0,070 kg. havre- fladbrød.	Brød 0,220 kg. Mælk 0,50 liter.
Onsdag.	Brød 0,220 kg. Havremelsvelling 0,50 liter.	1 liter kødsuppe. 0,095 kg. kød. 0,220 kg. brød. 0,070 kg. havre- fladbrød.	Brød 0,220 kg. Mælk 0,50 liter.
Thorstag.	Brød 0,220 kg. Øllebrød 0,50 liter. Smult eller smør 0,016 kg.	0,75 liter havre- melsgrød. 0,40 liter mælk. 0,016 kg. smult eller smør. 0,220 kg. brød.	Brød 0,220 kg. Mælk 0,50 liter.
Fredag.	Brød 0,220 kg. Havremelsvelling 0,50 liter.	1 liter mælkevelling. Lobeskaus lavet af 0,095 kg. kød og 0,50 kg. poteter. 0,220 kg. brød. 0,070 kg. havre- fladbrød.	Brød 0,220 kg. Mælk 0,50 liter.
Lørdag.	Brød 0,220 kg. Havremelsvelling 0,50 liter. Smult eller smør 0,016 kg.	1 liter øllebrød 0,100 kg. sild og 0,50 kg. poteter. 0,220 kg. brød.	Brød 0,220 kg. Mælk 0,50 liter.

Anm. Til fanger med anstrængt arbejde, som smede, vadskere o. s., kan efter direktørens og lægens bestemmelse gives et supplement af 0,110 kg. brød og 0,016 kg. smult eller smør og $\frac{1}{2}$ liter mælk. $\frac{1}{4}$ og $\frac{1}{2}$ kost kan uddeles (istedenfor mellemdiet).

Vi skal nu se, hvorledes udgifterne stille sig. Den dobbelte tillægskost bortfalder, og udgifterne herved indspares altså ganske. Med hensyn til den enkelte tillægskost, som nu er beholdt for de tungt arbejdende fanger, da antager jeg det for en given sag, at den ikke vil blive benyttet i den udstrækning som før; thi nu frister den ikke længere med det smør, som den indeholder; der er tilstrækkelig fedt i den ordinære kost. Jeg vil imidlertid gå ud fra, at den bliver uddelt som før. For fuldstændigheds skyld anføres, at antallet af enkelt tillægskost i budgetåret 1882 udgjorde 17295 portioner eller 47 pr. dag; regnes af disse $\frac{1}{3}$ med smult og $\frac{2}{3}$ med smør, vil den samlede udgift pr. dag, når enkelt tillægskost med smult pr. portion koster kr. 0,035 og med smør 0,044, blive: $(0,035 \times 15,67 \times 0,044 \times 31,33)$ kr. 19,27.

Antallet af uddelt dobbelt tillægskost udgjorde i budgetåret 1882 9818 portioner eller 27 pr. dag; hver portion koster kr. 0,088, da alle dobbelte tillægskoster uddeles med smør, altså var udgiften pr. dag = kr 2,376 eller kr. 867.24 pro anno. Antallet af dobbelt tillægskost har i de foregående år været ikke ubetydeligt større, men er fremdeles i det indeværende gået nedad; dog har jeg bemærket, at vægttabet hos fangerne i dette har været større, så det næppe vil gå an at reducere den dobbelte tillægskost yderligere, medmindre der indføres mere fedt i det ordinære spisereglement.

Hvorledes stiller nu udgifterne sig efter det nuværende spisereglement og efter det af mig foreslåede?

Til frokost.

	Udgifterne ved det nuværende i gennemsnit pr. dag.	Udgifterne ved det af mig fore- slåede i gennem- snit pr. dag.
Søndag . . .	Kr. 0,079	0,062
Mandag . . .	„	0,079
Tirsdag . . .	„	0,062
Onsdag . . .	„	0,062
Thorsdag . .	„	0,079
Fredag . . .	„	0,062
Lørdag . . .	„	0,062
	<hr/>	<hr/>
	0,079 = 0,079	0,468 = 0,067

		Udgifterne ved det nuværende i gennemsnit pr. dag.	Udgifterne ved det af mig foreslåede i gennem- snit pr. dag.
Til middag.			
	Søndag . . .	Kr. 0,177	0,187
	Mandag . . .	- 0,126	0,126
	Tirsdag . . .	- 0,115	0,125
	Onsdag . . .	- 0,128	0,138
	Thorsdag . . .	- 0,126	0,120
	Fredag . . .	- 0,155	0,165
	Lørdag . . .	- 0,152	0,152
		<hr/> 0,979 = 0,140	<hr/> 1,013 = 0,145
Til aften.			
		med 0,016 kg. smult*).	med 0,016 kg. smør*).
	Søndag . . .	Kr. 0 096	0,100
	Mandag . . .	- 0,096	0,078
	Tirsdag . . .	- 0,096	0,078
	Onsdag . . .	- 0,078	0,078
	Thorsdag . . .	- 0,096	0,078
	Fredag . . .	- 0,078	0,078
	Lørdag . . .	- 0,096	0,078
		<hr/> 0,636 = 0,091	<hr/> 0,568 = 0,081
		<hr/> 0,303	<hr/> 0,300
			<hr/> 0,306

Altså vil udgifterne efter det forandrede spisereglement pr. dag for hver fange med smult — 0,016 kg. i 4 dage — udgøre kr. 0,303 og med 0,106 kg. smør i 4 dage udgøre kr. 0,306, medens de efter det nærværende udgør kr. 0,300, beregnet i gennemsnit for ugen. Med et dagligt gennemsnitsbelæg af 210 fanger vil kosteudgifterne pr. dag udgøre:

med smult til $\frac{1}{3}$ af belægget eller til 70 fanger kr. 21,21
 med smør til $\frac{2}{3}$ af belægget eller til 140 fanger - 42,84
 tilsammen kr. 64,05

Efter det nuværende spisereglement udgør udgifterne beregnede efter samme gennemsnitsbelæg kr. 63,00, altså en merudgift for hint af kr. 1,05 pr. dag eller af kr. 383,25 pr. år. Nu indsparedes ved sløjfningen af dobbelt tillægskost kr. 867,24, altså vil der på det af mig foreslåede spisereglement indspares kr. 483,99 pro anno.

Af næringstofferne vil kosten efter dette reglement indeholde:

*) Tillægget af smult eller smør er udregnet her istedenfor til frokosten, hvor den i spisereglementet er opført.

Søndag.

	Albuminater	Fedt	Kulhydrater
Brød 660 gram	51,48	8,58	297,00
Fedt 105 „ *)	11,57	46,70	0
Havremel 40 „	4,80	2,00	18,19
Mælk 667 „	29,33	5,33	33,33
Smult			
eller smør 16 „	0,14	13,81	0
Ærter 103 „ **) (Vægt)	23,18	2,58	59,95
Gryn 40 „ **) (Vægt)	4,00	0,80	29,40
Havreflad-			
brød 70 „	9,20	1,59	49,00
	<u>133,70</u>	<u>81,39</u>	<u>486,87</u>

Mandag.

Brød 660 gram	51,48	8,58	297,00
Øl 300 „	0	0	36,00
Bygmel 37 „	3,96	0,85	18,19
Sirup 20 „	0	0	10,00
Grymel 160 „	16,80	3,20	112,00
Smult			
eller smør 16 „	0,14	13,81	0
Mælk 900 „	39,60	7,20	45,00
Smult			
eller smør 16 „	0,14	13,81	0
	<u>112,12</u>	<u>47,45</u>	<u>518,19</u>

Tirsdag.

Brød 660 gram	51,48	8,58	297,00
Havremel 40 „	4,80	2,00	18,19
Mælk 667 „	29,33	5,33	33,33
Sirup 60 „	0	0	30,00
Gryn 67***) „ (Vægt)	6,70	1,34	48,25
Sild 100 „	17,50	14,72	0
Poteter 325***) „ (Vægt)	6,50	0,52	70,85
Smult			
eller smør 16 „	0,14	13,81	0
Havreflad-			
brød 70 „	9,20	1,59	49,00
	<u>125,65</u>	<u>47,89</u>	<u>546,62</u>

*) Fedtets næringsværdi er beregnet efter den i regulativet for råproduktet opførte vægt, da næppe noget af dette under tilberedningen går tabt.

*) 0,130 liter ærter vejer 103 gram og 0,06 liter halve gryn vejer 40 gram.

***) De respektive mål er ansat i vægt.

	Albuminater	Fedt	Kulhydrater.
Onsdag.			
Brød 660 gram	51,48	— 8,58	— 297,00
Havremel 40 „	4,80	— 2,00	— 18,19
Mælk 667 „	29,33	— 5,33	— 33,33
Gryn 67*) „ (Vægt)	6,70	— 1,34	— 48,25
Poteter 195*) „ (Vægt)	3,90	— 0,31	— 42,15
Kød 216**) „ (henfrit)	39,74	— 22,24	— 0
Havreflad- brød 70 „	9,20	— 1,59	— 49,00
	<u>145,15</u>	<u>41,39</u>	<u>487,92</u>
Thorsdag.			
Brød 660 gram	51,48	— 8,58	— 297,00
Øl 300 „	0	— 0	— 36,00
Bygmel 37 „	3,96	— 0,85	— 18,19
Sirup 20 „	0	— 0	— 10,00
Havremel 160 „	19,20	— 8,00	— 72,76
Smør 16 „	0,14	— 13,81	— 0
Mælk 900 „	39,60	— 7,20	— 45,00
Smult eller smør 16 „	0,14	— 13,81	— 0
	<u>114,52</u>	<u>52,25</u>	<u>478,95</u>
Fredag.			
Brød 660 gram	51,48	— 8,58	— 297,00
Havremel 40 „	4,80	— 2,00	— 18,19
Mælk 1167 „	46,93	— 8,53	— 53,33
Gryn 40*) „ (Vægt)	4,00	— 0,80	— 29,40
Kød 216**) „ (henfrit)	39,74	— 22,24	— 0
Poteter 325*) „ (Vægt)	6,50	— 0,52	— 70,85
Havreflad- brød 70 „	9,20	— 1,59	— 49,00
	<u>162,65</u>	<u>44,26</u>	<u>517,77</u>
Lørdag.			
Brød 660 gram	51,48	— 8,58	— 297,00
Havremel 40 „	4,80	— 2,00	— 18,19
Mælk 667 „	29,33	— 5,33	— 33,33
Øl 600 „	0	— 0	— 72,00
Bygmel 75 „	7,92	— 1,70	— 37,82
Sirup 40 „	0	— 0	— 20,00
Sild 100 „	17,50	— 14,72	— 0
Poteter 325*) „ (Vægt)	6,50	— 0,52	— 70,85
Smult eller smør 16 „	0,14	— 13,81	— 0
	<u>117,67</u>	<u>46,66</u>	<u>549,19</u>

*) De respektive mål er ansat i vægt.

**) Af 270 gram råprodukt fås 216 gram eller 80 % henfrit kød.

Supplement eller tillægskost.

Brød 110 Gram	8,58	—	1,43	—	49,50
Smult eller smør 16 „	0,14	—	13,81	—	0
	8,72		15,24		49,50

Kostens samlede næringsværdi for hver dag er altså:

Søndag	183,70	—	81,39	—	486,87
Mandag	112,12	—	47,45	—	518,19
Tirsdag	125,65	—	47,89	—	546,62
Onsdag	145,15	—	41,39	—	487,92
Thorsdag	114,52	—	52,25	—	478,95
Fredag	162,65	—	44,26	—	517,77
Lørdag	117,67	—	46,66	—	549,19
	911,46		361,29		3585,51

eller i gennemsnit pr. dag:

	130,21	—	51,61	—	512,22
--	--------	---	-------	---	--------

(efter det nu gældende spisereglement:

	121,56	—	41,90	—	517,19)
--	--------	---	-------	---	---------

Som man ser mangler der i mit spisereglement endnu 4,39 gram fedt efter det af VOIT opstillede behov, men denne mangel dækkes mere end tilstrækkeligt af overskudet af albuminater; af PLAYFAIR opstilles behovet af fedt kun til 51,00 gram, hvilket kvantum altså fuldkommen er nået. Alle disse værdier må jo, som ovenfor nævnt, betragtes som relative, og vi ved, at såvel albuminater kan omsættes i fedt, som kulhydraterne kan virke besparende på fedtstoffene, og af disse to næringsstoffer er der overskud.

Føjes nu supplementet til den ordinære kost fås: 138,93 gram albuminater, 66,85 gram fedt og 563,72 gram kulhydrater; dette antages for Bodsfængslets vedkommende at være en tilstrækkelig kost for fanger med anstrængt eller mere bevægeligt arbejde, uagtet værdierne ikke ganske nå de for denne klasse individer af VOIT og PLAYFAIR opførte tal; disse nås ved til tillægskosten at give $\frac{1}{2}$ liter sød, skummet mælk (tillægskost med mælk).

Hvis man vilde indføre et fælles spisereglement for alle landets strafanstalter og fængsler og hertil benytte det af mig udarbejdede som grundlag, kunde der blive spørgs-

mål om at optage denne ($\frac{1}{2}$ liter mælk) i det ordinære spisereglement.

Kristiania den 23de Maj 1884.

Ærbødigt
KJØNIG.

Til
Bødsfængslets Direktør.

Da det gamle spisereglement led af øjensynlige mangler og de principer for fangernes ernæring, som vor fængselslæge lige opstillede, baade i teori og praxis vare godkendte i Tyskland, anbefalede jeg på det varmeste det indgivne forslag. Fængslets inspektion var af samme mening. Justitsdepartementet anordnede derfor for fængslets friske fanger følgende spisereglement, som efter inspektionens bestemmelse er trådt i kraft ved det nye budgetårs begyndelse eller den 1ste dennes.

- Frokost** (kl. $6\frac{1}{2}$ om hverdagene og kl. 7 om helligdagene).
Søndag, tirsdag og lørdag: 0,220 kg. brød, 0,50 liter havremelsvelling, 0,016 kg. smult eller smør.
Onsdag og fredag: 0,220 kg. brød, 0,50 liter havremelsvelling.
Mandag og torsdag: 0,220 kg. brød, 0,50 liter øllebrød, 0,016 kg. smult eller smør.
- Middag** (kl. 12) hver dag 0,220 kg. brød, når havrefladbrød ikke gives, ellers 0,110 kg., samt:
Søndag: 1 liter ærtesuppe, 0,065 kg. flæsk, 0,070 kg. havrefladbrød.
Mandag: 0,75 liter bygmelsgrød, 0,40 liter mælk, 0,016 kg. smult eller smør.
Tirsdag: 1 liter sirupsuppe, 0,100 kg. sild, 0,50 liter poteter, 0,070 kg. havrefladbrød.
Onsdag: 1 liter kødsuppe, 0,095 kg. kød, 0,070 kg. havrefladbrød.
Thorsdag: 0,75 liter havremelsgrød, 0,40 liter mælk, 0,016 kg. smult eller smør.
Fredag: 1 liter mælkevelling, lobskaus, lavet af 0,095 kg. kød og 0,50 liter poteter, 0,070 kg. havrefladbrød.
Lørdag: 1 liter øllebrød, 0,100 kg. sild og 0,50 liter poteter.
- Aften.** (kl. 6) 0,220 kg. brød og 0,50 liter mælk.

Til fanger med anstrængt arbejde kan efter direktørens og lægens bestemmelse gives et tillæg af 0,110 kg. brød og 0,016 kg. smult eller smør, samt, om fornødiges, 0,50 liter mælk.

Til extraforplejning udenfor den sædvanlige fangekost kan i julehelgen anvendes et beløb af indtil kr. 0,27 pr. fange, hvorhos der, nå første juledag og nytårsdag falder paa hverdag, istedenfor den for dagen reglementerede kost gives søndagskost.

Det er endnu for tidligt at fælde nogen afgørende dom om det nye reglement. Det er i det hele taget med taknemlighed blevet modtaget af fangerne, af hvilke ikke så ganske få ere vidende om, at havre er en sund og nærende kornart. Al tillægskost blev strøget fra 1. Juli. Den 9de tildeltes af et fangebelæg på 172 13 fanger tillæg uden mælk, 12 fanger tillæg med mælk og 3 fanger mælk alene. Dette forhold stod til den 13de, da der tilkom 1 fange med tillæg uden mælk. Idag uddeles på et fangebelæg af 174 tillæg uden mælk til 14 fanger, tillæg med mælk til 12 fanger og mælk alene til 3 fanger. Den 30. Juni d. år uddeltes på et fangebelæg af 172 53 portioner enkelt-tillægskost og 17 portioner dobbelt-tillægskost.

Aageberg. 20 Juli 1885.

R. PETERSEN.