

Quieres ganar 100 pesetas?

## CONCURSO.



Lunes.  
Hoy nos quejamos  
por el postre.



Miércoles.  
Día sin carne de vaca.



Viernes.  
Recuerda que hoy tam-  
poco hay carne de vaca.



Domingo  
Mediodía.  
Fabada asturiana.  
Cordero asado con legumbres del tiempo.  
Queso del país. Fruta fresca.

Noche.  
Huevos al plato con puré de patatas.  
Coliflor con mayonesa.  
Manzana asada o frita.

LA guerra, la nueva política, la Revolución Nacional, dis- traen a la mayoría de las gentes de lo que hasta ahora habían sido sus preocupaciones y diarios problemas. Tú, mujer, sigues, a pesar de todos los acontecimientos, en tu puesto de ama de casa. Dos veces, al menos, cada día, toda una familia depende de ti para su sustento. Todos han podido tener momentos en que los disgustos, las penas, les hicieran olvidar, aunque fuese unas horas, sus deberes. Tú sola no puedes fallarlos. Tu marido, tus hijos, piensan en ti, en la acostumbrada rutina del hogar, como lo más sólido de sus vidas. Y no deben perder esta razón. ¿Pero, y tú, mujer? Aceptaste con ilusión el ayudar a tu Patria; el día del plato único, el día sin postre y la falta de algunos elementos no han simplificado tu labor. Tu familia exige una variedad y un esmero que quisieras darles y que no parece hermanar siempre con la economía.

Hoy llegamos hasta tu cocina para ayudarte, participamos en tus conflictos de española y de mujer y vamos a darte los medios para su solución.

Fíjate bien en esta página: una especie de calendario de menús para toda la semana. ¿Qué comeremos cada día? En el casillero correspondiente al domingo, el almuerzo y la comida están solucionados. Esto debes hacer tú en el resto de los días. Hacerlo y... ganar cien pesetas. Alguna de vosotras, lectoras, tiene que ganarlas. Esas cien pesetas inesperadas, llovidas del cielo, con las que soñamos para el pequeño capricho o la «locura» que no nos suele permitir nuestro presupuesto mensual. Se concederá este premio a los menús de una semana, mañana y noche, que reúnan más y mejores cualidades, en buen gusto, alimentación racional y economía. Los menús se elaborarán para cinco personas, especificando el coste de cada plato y dando la receta para su condimento.

Ya ves, lectora, ama de casa, qué sencillo y qué práctico. Al planear tus menús de la semana, nos los mandas para el concurso, y casi sin darte cuenta puedes encontrarte con cien pesetas en el bolsillo. El único requisito necesario es que tus ideas vengan acompañadas del vale, que recortarás para enviarnoslo.



Cupón núm. 1