

Zeitschrift: Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen

Herausgeber: Schweizerischer Fourierverband

Band: 12 (1939)

Heft: 7

Rubrik: Zusammenstellung der Normalmengen : Abdruck aus der zweiten Auflage des "Handbuchs"

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 23.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Zusammenstellung der Normalmengen

Abdruck aus der zweiten Auflage des „Handbuches“
(In der ersten Auflage nicht enthalten.)

Normalmengen

pro Mann

1. Getränke:

		Milchschokolade	50 g
		Schokolade ohne Milch	80 „
Milchkaffee	15 g	Tee	2,5 g
Schwarzer Kaffee	20 „	Ovomaltine	1 P.

2. Fleischsuppen mit Einlagen:

Nur Gemüse	50—60 g	Teigwaren	30 g
Reis	40 „	Brot	30 „

3. Suppen mit Knochenbrühe oder Fleischbrühresten:

Teigwarensuppe	30 g	Gerstensuppe	40 g
Hafergrützsuppe	30 „	Kartoffelsuppe	200 „
Haferflockensuppe	30 „	Gemüse allein	110—130 g
Reissuppe	40 „	Minestra	total 170 „
Mehlsuppe	50 „	Konservensuppe	$\frac{4}{5}$ P.
Brotsuppe	30 „	Konservensuppe im Einzel-	
Bohnensuppe	60 „	kochgeschirr	1 P.
Erbsensuppe	60 „		

4. Fleischgerichte:

Siedfleisch oder Pot-au-feu		Voressen	200 g
Kaserne	200 g	Goulage	200 „
Siedfleisch an Marsch- und		Pilaff Fl.	80—100 „
Manövertagen	250 „	Hackfleisch u. Hörnli	80—100 „
Siedfleisch mit Speck	150 „	Kutteln	150 „
Rauchfleisch od. Speck allein	150 „	Leber	150 „
Braten	200 „	Kutteln Salat	180 „
Ragout	200 „		

5. Gemüse zu Fleischgerichten:

Schälkartoffeln	300 g	Spinat, gehackt	350 g
Salzkartoffeln	400 „	Spinat, gedämpft	400 „
Salzkartoffeln zu anderen		Blumenkohl	350 „
Gemüsen	200 „	Rübkohl	350 „
Kartoffelstock	500 „	Sauerkraut oder Sauerrüben	
Kartoffelrösti	500 „	allein	300 „
Kartoffelsalat	350 „	Sauerkraut oder Sauerrüben	200 „
Kartoffelbitzli	400 „	mit 200 g Kartoffeln	
Kohl oder Kabis allein	350 „	Frische Bohnen	300 „
Kohl oder Kabis mit		Lattich	350 „
Kartoffeln	250 und 200 „	Lauch	300 „
Kohl, gehackt	350 „	Weisse Bohnen	90 „
Rotkraut	350 „	Reis	90 „
Rübli	350 „	Teigwaren	90 „
Rübli und Kartoffeln	250 u. 200 „	Mais	90 „
Rübli mit Sauce	350 „	Erbsmus	90 „

6. Gemüse als Hauptgerichte zu Nachtessen:

Kartoffelrösti	500 g	Teigwaren mit Käse	100 g
Kartoffelsalat	350 „	Teigwaren mit Tomaten	100 „
Kartoffelbitzli	400 „	Teigwaren mit Hackfleisch	90 „
Risotto	100 „	Mais mit Milch	90 „
Milchreis	90 „	Haferbrei	80 „
Pilaff (Reis)	80 „		

7. Früchte als Beigaben:

Aepfelschnitze	80 g	Dürre Zwetschgen	150 g
Aepfelschnitze, frische	350 „	Frische Zwetschgen	400 „
Dürre Birnen	100 „	Rhabarberkompott	300 „
Frische Birnen	350 „	Aepfelpurée (Büchse)	200 „

8. Salate:

Bohnen, weiss	80 g	Rüblisalat	300 g
Kopfsalat	30—50 Kpf.	Tomatensalat	250 „
Endiviensalat	20—25 Kpf.	Käsesalat	120 „
Kabissalat	250 g	Kartoffelsalat	350 „
Randensalat	300 „		

9. Frühstückbeigaben:

Butter	40 g	Confitüre	80 g
--------	------	-----------	------
