

**Zeitschrift:** Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen  
**Herausgeber:** Schweizerischer Fourierverband  
**Band:** 17 (1944)  
**Heft:** 3

**Buchbesprechung:** Lesenswerte Bücher und Schriften

**Autor:** [s.n.]

**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:** 22.02.2026

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

### Kalorienwert von Ölsardinen

	Kalorien pro 100 g	Eiweiss pro 100 g	Fett pro 100 g	Kohlehydrat pro 100 g
<b>Reinsubstanz</b> (ohne jeglichen Abfall, z. B. feinst präparierte, entgrätete Ware) . . . . .	236	23,9	14,3	1,3
<b>Gewöhnliche Ware mit Gräten</b> (unter Ansetzung von ca. 20%* Abfall) . . . . .	185	18,8	11,2	1,0

\* Nach Literaturangaben.

Gangbare Grössen von Sardinenbüchsen	Kalorienwerte pro Büchse	
	Reinsubstanz	Gewöhnliche Ware (20% Abfall)
90 g	212	167
125 g	295	231
133 g	314	246

### Lesenswerte Bücher und Schriften

**Kartenlesen.** Von Oblt. Paul Landolt. Heft 11 der „Schweizer Wehr“. Schriften für Offiziere, Unteroffiziere und Soldaten. Verlag H. R. Sauerländer & Co., Aarau. Preis: Fr. 1.60.

Was jeder Unteroffizier vom Kartenlesen, einem Gebiet, das leider viel zu sehr vernachlässigt wird, wissen sollte, das ist in diesem wohlfeilen Heftchen zusammengestellt. Der Verfasser schreibt hierüber in seinem Vorwort: „Dieser Leitfaden will die Erlernung des Kartenlesens auf einfache Art und ohne Vorkenntnisse ermöglichen. Der knappe Text beschränkt sich auf die wichtigsten Erläuterungen. Entbehrliche Begriffe und Theorien wurden absichtlich weggelassen. Dagegen lege ich besonderes Gewicht auf klare Formulierung. Zahlreiche Skizzen, Tabellen und Beispiele sollen das Verständnis erleichtern. Die Lehrmethode ist den Erfahrungen angepasst, die ich bei der Erteilung von Kartenleseunterricht im Aktivdienst machte. Der Leitfaden dient praktischen Zwecken. Er soll den Leser zum sichern Führer im Gelände heranbilden und allen Kartenbenützern ein nützlicher Ratgeber sein.“ Dem Verfasser, Dr. ing. P. Landolt, Turgi, Oblt. einer Lst. Vpf. Kp., können wir nach dem Studium seines kleinen Werkes bestätigen, dass er mit der Herausgabe des Heftes das sich selber gesteckte Ziel bestimmt erreicht hat.

**Landkartenlesen für Schweizer.** Von Dr. Heinrich Frey, Liebefeld (Bern). Verlag Rickli Söhne, AG., Bern.

Ein kleines Schriftchen, das uns mehr die verschiedenen Arten geographischer Karten vor Augen führen will, als ein Lehrmittel für das Kartenlesen zu sein.