

Zeitschrift:	Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen
Herausgeber:	Schweizerischer Fourierverband
Band:	20 (1947)
Heft:	8
Artikel:	Enthält unsere Soldatenkost genügend Kalorien und Nährungsstoffe, sowie Vitamine?
Autor:	Scheurer, E.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-516877

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: 14.01.2026

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

besonders wenn man ihn vergleicht mit Prozessen gegen Landesverräter, die in bedeutend kürzerer Zeit und unter weniger großer Publizität durchgeführt wurden, wobei die Tatbestände häufig auch sehr verworren sind. Dabei ist das Delikt des Landesverrates aber doch sicher weit schwerer und schadet dem Lande weit mehr als die unlauteren Machenschaften eines H.D. Meyerhofer und seiner Komplizen, was sich ja auch im Strafmaß zeigt.

Le.

Enthält unsere Soldatenkost genügend Kalorien und Nahrungsstoffe, sowie Vitamine?

Dies läßt sich heute anhand von Tabellen berechnen, jeder Fourier kann dies, sofern man ihm die Tabellen zur Verfügung stellt:

Man bestimmt die im Verlaufe eines Tages faktisch konsumierten Nahrungs mengen und berechnet deren Kalorienwert und den Gehalt an Eiweiß, Calcium, Eisen und Vitamin A, B₁, B₂, Nicotinsäure, Vitamin C und D mit Hilfe von speziell für diese Zwecke geschaffenen Tabellen. Es gibt amerikanische und eng lische, dazu noch spezielle Vitamintabellen, welche die Zeitschrift „Die Vitamine“ (Wissenschaftlicher Dienst Roche, Basel) No. 2, 1946 anführt. Aber bei Verwendung der in den Tabellen angeführten Zahlen beachte man, daß nicht der Gehalt der Nahrung im Rohzustand eingesetzt werden darf, sondern daß die durch Zubereitung, Kochen, Wegschütten des Kochwassers usw. entstehenden Ver luste noch in Abzug zu bringen sind. Näheres hierüber findet sich in der erwähnten Nummer der Zeitschrift „Die Vitamine“. Im allgemeinen rechnet man bei Vitamin B₁ mit Kochverlusten von 40 Prozent und bei Vitamin C mit 50 bis 60 Prozent.

Hat man dann den faktischen Tageskonsum an lebenswichtigen Nahrungsbestandteilen berechnet, so vergleicht man die Werte mit den auf Seite 36/37 der No. 2, des Jahrganges 1946 der genannten Zeitschrift „Die Vitamine“ erwähnten Angaben über den normalen Bedarf.

So also könnte jeder Fourier nachprüfen, ob die in der Kompagnie abgegebene Kost den Vorschriften entspricht oder nicht. In Europa, in den meisten Ländern, sind die wertvollsten Nahrungsmittel vielfach rationiert (Milch, Fleisch, Brot, Mehl) oder teuer, sodaß anzunehmen ist, daß die Ernährung hier meistens das Optimum nicht erreicht; bei unserem Militär steht zu hoffen, daß es erreicht wird. Um nun das Optimum im Zivil zu erlangen, kann man die bisherige Ernährungsart verbessern oder, wie es in Norwegen und Amerika geschieht, man ergänzt die Nahrung mit Tabletten, die die lebenswichtigen Vitamine A, B₁, B₂, C und Nicotinsäure enthalten, z. B. Protovit „Roche“. So kann man zu einer vollständigen Nahrung gelangen.

Dr. Sch.