

|                     |   |
|---------------------|---|
| <b>Zeitschrift:</b> | Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen |
| <b>Herausgeber:</b> | Schweizerischer Fourierverband  |
| <b>Band:</b>        | 63 (1990)   |
| <b>Heft:</b>        | 7   |
| <b>Vorwort:</b>     | Editorial   |
| <b>Autor:</b>       | Steger, Hanspeter   |

### 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>**



Die Sommermonate locken auch unsportliche Leute aus der Stube an die mehrheitlich sonnige und frische Luft. Sportliche Betätigung fällt zu dieser Jahreszeit einiges leichter, und auch die Ernährung wird entsprechend angepasst. Dass die schlanke Linie beibehalten werden kann, dazu verhilft die Badessaison mit ihrer Mode – vor allem dem weiblichen Geschlecht.

Ernährungsfragen in Zusammenhang mit Sport sind ein aktuelles Thema, welches auch im Militärdienst beachtet wird. Dazu unser Fachartikel in dieser Ausgabe.

Die heutigen Ernährungsgewohnheiten beachten hauptsächlich den Joules-/Kaloriengehalt, übrige Nährwerte und neuerdings auch die Cholesterinwerte. Viele Verantwortliche für Gemeinschaftsverpflegung in Grossbetrieben und im Gastgewerbe haben es sich zur Gewohnheit gemacht, dass bereits in der Planung diese Werte für die angebotenen Menüs berechnet und in einen Turnus eingebettet werden, welcher Abwechslung über mehrere Tage gewährleistet. Als letztes Pünktchen auf dem »i« werden dem Gast die Menüpläne, mit diesen Angaben ergänzt, vorgelegt.

Wäre dies nicht auch im Verpflegungsplan des Fouriers wünschenswert? Nach den heutigen Methoden wird beim Erstellen des Verpflegungsplanes nur im weitesten Sinne nach diesen Werten geplant und später gekocht. Der Behelf 60.5 «Menüvorschläge» (MV 88) könnte doch mit diesen Wertangaben ergänzt werden. So erreichen wir eine Verpflegung, die nicht nur optisch und kostenmässig ausgewogen, sondern auch ernährungsbewusst zusammengestellt ist.

Major Hanspeter Steger  
verantwortlicher Redaktor

*PS: Einen mustergültigen Wochen-Menüplan des Culinariums der SBG Zürich finden Sie auf Seite 266.*