

Zeitschrift:	Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen
Herausgeber:	Schweizerischer Fourierverband
Band:	63 (1990)
Heft:	10
Artikel:	Untersuchung über das zivile Essverhalten von Fourieranwärtern
Autor:	Pillevuit / Maurer, M.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-519601

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>

Untersuchung über das zivile Essverhalten von Fourieranwärtern

Im Nachgang zu unserem in der Juli-Nummer 7/90 (Seiten 263 bis 272) erschienenen Artikel «Ernährung und (Armee-)Sport» veröffentlichen wir diese Untersuchung aus den Fourierschulen. Damals berichteten wir darüber, dass 68% der Schweizer Bevölkerung kein Frühstück essen. Die vorliegende Untersuchung sagt jedoch, was die befragten Fourierschüler betrifft, genau das Gegenteil. Somit bestätigen eigentlich beide Ergebnisse die Bemühungen, das Frühstück in der Armee zu pflegen. Einerseits, um den Angehörigen der Armee zur Einnahme eines Frühstücks zu animieren und andererseits die Geniesser des Frühstückes zu unterstützen und um gute Gewohnheiten nicht zu unterdrücken. Die Moral der Truppe . . . Für unsere Leser eine interessante Information.

1. Vorwort

Die Ernährung und das Essverhalten entwickeln sich im Laufe der Jahre und Jahrzehnte. Die Entwicklung des Essverhaltens im Zivilleben beeinflusst direkt oder indirekt die militärische Verpflegungsart, ob man dies nun will oder nicht. Die Geschichte beweist es uns. Ernährten sich die Menschen und Krieger in der griechischen Antike nicht von Eicheln, bevor sie gelernt haben, ihre Getreidekulturen zu entwickeln? Heute dürfte uns eine Mahlzeit mit Eicheln weder zu Hause noch in der Kaserne befriedigen, obwohl sie wahrscheinlich eine willkommene Abwechslung darstellen würde.

Die methodische Kontrolle des zivilen Essverhaltens ist nicht einfach und wird noch schwieriger, wenn man bestimmte soziale Schichten oder Altersklassen untersuchen möchte.

Um auf die Frage der zivilen Essgewohnheiten unserer jungen Armeeangehörigen antworten zu können, haben wir in den Fourierschulen vom Frühjahr bis zum Sommer 1990 bei mehr als 200 Fourieranwärtern im Alter von 20 bis 25 Jahren eine Untersuchung durchgeführt.

2. Methode der Untersuchung

- 2.1. Die Antworten zu den Fragen beziehen sich auf das Frühstück, das Mittagessen und das Abendessen an jedem Arbeitstag, d.h. vom Montag bis Freitag.
- 2.2. Die Begriffe entsprechen den folgenden Werten:

Konsum

- regelmässig: mehr als 2 mal pro Woche
(Arbeitstag)
- unregelmässig: 1 mal pro Woche
- gelegentlich: 1 mal alle 2 Wochen
- selten: 1 mal pro Monat

Um die Darstellung der Resultate zu erleichtern und zu vereinfachen, werden nur die ersten beiden Rubriken angegeben; der Prozentunterschied entspricht den anderen Begriffen.

- 2.3. Die Ergebnisse wurden für jede Fourierschule einzeln ausgewertet; aus diesem Grund werden die Prozentzahlen innerhalb einer gewissen Bandbreite angegeben; die Zahlen widerspiegeln eine Tendenz, die nicht den Wert von absoluten Zahlen besitzt.

3. Übersicht der Resultate

- 3.1 *Frühstück*
 - 3.1.1 Frühstücken Sie?

70 – 76 %	regelmässig
8 – 11 %	unregelmässig
 - 3.1.2 Nehmen Sie ein vollständiges Frühstück zu sich?

49 – 50 %	regelmässig
10 – 19 %	unregelmässig
 - 3.1.3 Was nehmen Sie zu sich?

a) warmes Getränk	74 – 77 %
b) kaltes Getränk	44 – 48 %
c) Schwarzbrot	55 %
d) Halbweissbrot	22 – 25 %
e) Gipfel, Semmel	37 %
f) Knäckebrot	8 %
g) Butter	66 – 67 %
h) Konfitüre	56 – 62 %
i) Joghurt	36 – 41 %
k) Wurstwaren	9 – 11 %
l) Käse	21 – 23 %
m) Getreideflocken, Bircher müesli	50 – 61 %

3.1.4 Wieviel Zeit nehmen Sie sich für das Frühstück?	davon
1/4 Stunde	71 %
1/2 Stunde	25 %
3/4 Stunde	4 %
3.2. <i>Mittagessen</i>	
3.2.1 Betrachten Sie das Mittagessen als Hauptmahlzeit?	3 – 7 % regelmässig 23 – 24 % unregelmässig
3.2.2 Essen Sie zu Hause?	85 – 86 %
3.2.3 Essen Sie in einem Betriebsrestaurant oder in einer Kantine?	46 – 54 % 30 – 37 %
3.2.4 Essen Sie eine Suppe?	16 – 18 % regelmässig 18 – 27 % unregelmässig
3.2.5 Essen Sie Fleisch?	37 – 41 % regelmässig 15 – 23 % unregelmässig
a) gebratenes Fleisch	15 – 23 % regelmässig 22 – 23 % unregelmässig
b) Innereien	2 – 4 % regelmässig 9 – 23 % unregelmässig
c) Fisch	9 – 15 % regelmässig 39 – 46 % unregelmässig
d) Wurstwaren	19 – 21 % regelmässig 30 – 43 % unregelmässig
3.2.6 Essen Sie Gemüse?	3.3 <i>Abendessen</i>
81 – 84 % regelmässig	3.3.1 Essen Sie zu Hause? 95 – 97 %
11 – 16 % unregelmässig	3.3.2 Essen Sie eine Suppe?
3.2.7 Essen Sie Salat und Rohkost?	1 % regelmässig 8 – 13 % unregelmässig
64 – 68 % regelmässig	3.3.3 Essen Sie Fleisch?
20 – 28 % unregelmässig	33 – 37 % regelmässig 27 % unregelmässig
3.2.8 Essen Sie Sandwiches und Hot Dogs?	davon
6 – 10 % regelmässig	a) gebratenes Fleisch
24 – 25 % unregelmässig	24 – 27 % regelmässig 26 – 28 % unregelmässig
3.2.9 Essen Sie Käse?	b) Innereien
31 – 37 % regelmässig	1 – 3 % regelmässig 5 – 6 % unregelmässig
21 – 37 % unregelmässig	c) Wurstwaren
3.2.10 Essen Sie Desserts?	26 – 28 % regelmässig 30 – 33 % unregelmässig
15 – 24 % regelmässig	d) Fisch
31 – 32 % unregelmässig	4 – 6 % regelmässig 15 – 20 % unregelmässig
	3.3.4 Essen Sie süsse Mahlzeiten? (Zwischenmahlzeiten)
	7 – 8 % regelmässig 26 – 32 % unregelmässig

3.3.5 Essen Sie kalte Mahlzeiten?

43 – 48 % regelmässig
25 – 26 % unregelmässig

3.3.6 Essen Sie Sandwiches, Hot Dogs?

5 % regelmässig
14 – 21 % unregelmässig

3.3.7 Essen Sie Käse?

36 – 44 % regelmässig
26 – 30 % unregelmässig

3.3.8 Essen Sie ein Dessert?

11 – 13 % regelmässig
16 – 26 % unregelmässig

3.3.9 Nehmen Sie «Café complet» statt andere Mahlzeiten ein?

14 – 16 % regelmässig
19 – 24 % unregelmässig

3.3.10 Wieviel Zeit nehmen Sie sich für das Abendessen?

1/4 Stunde	5 – 6 %
1/2 Stunde	58 – 61 %
3/4 Stunde	22 – 28 %
1 Stunde	7 – 13 %

4. Erläuterungen

Das Frühstück wird von zwei Dritteln der Anwärter eingenommen. Nur die Hälfte isst jedoch ein vollständiges Frühstück.

Bei den Backwaren wird am meisten Schwarzbrot gegessen. Der Verbrauch beträgt 55 %.

Beim Frühstück werden durchschnittlich 10 % Wurstwaren und 50 bis 61 % Getreideflocken und Bircher Müesli gegessen. Das sind Prozentzahlen, die durchaus Beachtung verdienen.

85 % der Befragten betrachten das Mittagessen als Hauptmahlzeit, obwohl nur gerade die Hälfte von ihnen diese Mahlzeit zu Hause einnimmt.

Die Suppe «verleidet» zunehmend, am Abend wie am Mittag. Am Mittag wird zweimal mehr Fleisch gegessen als am Abend (regelmässig).

Am Mittag wird fast gleich viel Käse gegessen wie am Abend; eine interessante Feststellung.

Bei fast 60 % der Befragten nimmt das Mittagessen wie das Abendessen ½ Stunde ein. Dieser Punkt sollte in unserer Armee bei der Planung der Tagesprogramme in Betracht gezogen werden. Dabei soll aber nicht vergessen werden, dass die Mahlzeiten zu den Truppenaktivitäten gehören.

Am Abend essen weniger als 10 % Süß-Speisen. 15 % essen regelmässig das traditionelle «Café complet».

5. Schlussfolgerungen

«Sag mir, was Du isst, und ich sage Dir, wer Du bist», sagte Brillat-Savarin in seiner «Psychologie des Geschmacks»!

Die persönlichen Bedürfnisse und Neigungen eines Menschen sowie die seines Organismus bestimmen die Grundlage seiner Ernährung. Die Ernährung wird jedoch merklich vom Marktangebot beeinflusst, das bei uns ständig Frischprodukte und Produkte aus fernen Ländern anbietet. So verlieren die unterschiedlichen Jahreszeiten mehr und mehr an Bedeutung.

Die Nahrungsbedürfnisse hängen auch vom Stoffwechsel, vom Energieverbrauch und den körperlichen Aktivitäten eines Menschen ab. Schliesslich wird die Ernährung von Gewohnheiten und Gedankengängen geprägt, die ständigen Änderungen unterworfen sind und so neue Ernährungsformen hervorrufen.

Die in dieser Untersuchung aufgeführten Zahlen gelten als Zusammenfassung und verfolgen keinen wissenschaftlichen Zweck. Es ging uns lediglich darum, aktuelle Fakten zu bestätigen oder ausser Kraft zu setzen.

Ausserdem ist jeder Vergleich der zivilen mit den militärischen Essgewohnheiten mit grösster Vorsicht zu behandeln, denn die Grundregeln und die Ausgangslage unterscheiden sich erheblich.

Wenn auch gewisse Lücken zwischen diesen beiden Ernährungsarten schrittweise geschlossen werden können, bleiben andere offen. Unsere Fachspezialisten der militärischen Ernährung werden aufgefordert, diese Unterschiede zu erklären.

Gemäss Reglement Truppenhaushalt, Absatz 1.3, haben die Kader die Aufgabe, ihre volle Energie und ihr ganzes Fachwissen für das eine Ziel einzusetzen und dem Angehörigen der Armee unter den gegebenen Umständen die bestmögliche Nahrung zu bieten.

Dieser Anweisung wird Sokrates gerecht, der sagte: «Wir leben nicht, um zu essen, sondern essen, um zu leben». In diesem Gedanken steckt der ganze Unterschied . . .

*Oberst Pillevuit
Kommandant Fourierschulen
Übersetzung: Oblt M. Maurer*