

**Zeitschrift:** Verhandlungen des Schweizerischen Armenerziehervereins  
**Herausgeber:** Schweizerischer Armenerzieherverein  
**Band:** 2 (1867-1869)

**Artikel:** Die Ernährungsfrage in unsern schweizerischen  
Armenerziehungsanstalten : Referat  
**Autor:** Tschudi, P.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-805607>

### **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:** 17.04.2026

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

## Die Ernährungsfrage in unsern schweizerischen Armenerziehungsanstalten.

### Referat

von P. Tschudi, Vorsteher der Pestalozzistiftung in Schlieren.

---

Es ist eine Eigenthümlichkeit in unsern Vereinsversammlungen, daß wir eine unendliche Allseitigkeit entwickeln in Auffindung theoretischer Geistesfragen und diese oft mit einer gewaltigen Masse bengalischen Diskussionsfeuers beleuchten und ihnen heimzünden in die Truhe des prosaischen Alltagsberufslebens, das so sehr mit unserer Individualität aufgeht, während wir den materiellen Fragen so selten Raum gestatten in Referaten und Diskussionen, diesen Fragen, die im unscheinbar irdischen Kleide die Träger und Grundlage bilden für die lichtvollen Idealitäten in geistiger Höhe. Wir dürfen sehr beherzigen: Es ist nicht recht, daß man über der Erde den schönen Himmel, über dem Greifbaren das ewig Geistige vergißt; allein es ist auch nicht der Wille des Weltenmeisters, daß wir über dem schönen Himmel seine freundliche Erde vergessen, diese Mutter, die im grauen Schooße die Keime enthält, welche indirekt dazu beitragen, das Göttliche in der Menschenbrust zu entwickeln. Ich betrachte es als eine Hauptaufgabe der Armenerziehung, daß die richtige Gegenseitigkeit des Irdischen und Ewigen beachtet werde, daß um des unschätzbaren Kleinodes willen, das es beherbergt, auch das Gefäß seine gerechte Berücksichtigung erhalte. In der Harmonie dieser Beziehungen und Disziplinen liegt die Garantie für die Armenerziehung, so weit sie gegeben werden kann. Diese aber, die Armenerziehung, ist eine ebenso fruchtbare, wie unumstößlich nothwendige Kulturseite des staatlichen Lebens, um die der Staat immer noch viel zu wenig sich bekümmert, während er für den hablichen Mittelstand und die reichen Herren söhne landwirthschaftliche und Industrieschulen, Gymnasien und Hochschulen errichtet und unterhält. Es wird und muß die Zeit kommen, da man vom Staate kategorisch die Erfüllung seiner Pflicht gegen die unverschuldet armen und verlassenen Kinder fordert. Erzieher Krause in Kummelsberg bei Berlin sagt darüber ein wahres Wort: „Es muß bewiesen werden, daß für keinen Zweig der öffentlichen Erziehung so wenig gethan wird und so viel zu thun übrig ist, als für die Rettung sittlich verwahrloster Kinder, und daß weitaus das

Meiste dessen, was geschieht, hervorgegangen ist aus der Religiosität oder der Humanität Einzelner, aber nicht aus der Verpflichtung Aller. Vor dem Bemühen, diese allgemeine Verpflichtung zum Bewußtsein zu bringen, treten zunächst alle Fragen nach der Ursache jener Interesselosigkeit und nicht minder alle etwaigen Vorschläge für die beste Lösung der großen Aufgabe in den Hintergrund. Jedes Rettungshaus, gleichviel nach welchem System es organisiert ist, ist als Abschlagszahlung auf die öffentliche Schuld Jedermanns Anerkennung und Unterstützung würdig. Wir wünschen Propaganda nicht für eine Richtung, sondern für die Sache zu machen, welche zunächst allerdings den Staat angeht. Der Pflicht, für die Sicherheit der Staatsbürger zu sorgen, wird gewiß nicht damit genügt, daß man die der Gesellschaft feindlichen Elemente zeitweilig ausstößt. Man muß sie derselben vielmehr versöhnt zurückgeben. Das ist Sache der Erziehung. Mit Erfolg läßt sich aber nur die Jugend erziehen; darum beginnt jene Schutzpflicht des Staates schon mit Rücksicht auf die Jugend. Sollte sich unsere Beweisführung der exakten Jurisprudenz gegenüber nicht stichhaltig erweisen, so wird ein Appell an die öffentliche Meinung um so sicherer gelingen."

Nach dieser kurzen, abschweifenden, aber dennoch unser Thema, wenn auch nur indirekt, berührenden Einleitung lassen Sie mich, meine verehrten Amtsbrüder, zur Behandlung meiner besondern Aufgabe schreiten mit dem Troste für Sie, daß ich der Diskussion hinlänglich Raum gewähren will. Ihr Referent, wenn er es auch gern wollte, kann nicht Alles wissen und muß darum auch hören wollen. Es ist immer vom Uebel, wenn in wichtigen Fragen das Referat sich spreitet und der Diskussion die enge Gasse weist.

"Gib uns heute unser tägliches Brod," so lehrt uns unser Herr und Meister seinen und unsern Gott, seinen und unsern Vater anrufen. Hierin liegt die große religiöse Berechtigung für die Ernährungsfrage im Allgemeinen, wie unserer Anstalten im Besondern. Wie freundlich und zart war die Fürsorge unseres Heilandes auch in leiblichen Dingen! Als er am Gebirgsufer des galiläischen Meeres Tausende mit dem Manna göttlicher Offenbarung erquickt hatte, nährte er dieselben Tausende mit dem irdischen Brode. Die hungernden Jünger ließ er trotz des sabbatlichen Gesetzes mit Mehren sich sättigen und mahnte die triefenden Fischer am Gestade des See's, eine Erfrischung zu nehmen, indem er sie fragend erinnerte: „Kindelein, habet ihr nichts zu essen? O der freundliche Herr und Lehrer! Wir wollen ihn nachahmen und auch unsere Kinder nicht vergessen zu fragen: Kindelein, habet ihr

noch Lust zu essen? und ihnen selber die reelle Antwort geben, welche selten die rechte Wirkung verfehlen wird. Jeder Vorsteher unserer Anstalten verfehlt seine Aufgabe, der mit militärischer Virtuosität seine Rationen austheilt, ohne sich weiter darum zu bekümmern, ob er damit in leiblicher Beziehung das rechte Genüge geleistet habe oder nicht. In der Privathaushaltung achten die guten Eltern darauf, ob das Kind genährt resp. gesättigt sei oder nicht und entsprechen dem weitem Bedürfniß, selbst wenn es auf Kosten der eigenen Sättigung geschehen müßte. Das ist das Geheimniß, dem wir es zu danken haben, daß wir nicht selten in bitterarmen Familien pausbäckige, blühende Jüngens und dralle Mädchen finden mit frischem, fröhlichem Gesichtsausdruck.

Die physiologische Berechtigung der Nahrungsfrage ist eine umfassende und weitgehende und streift, mehr als man oberflächlich annimmt, an die psychologische und moralische Grenzlinie des Menschen. Der Einfluß der Nahrungsmittel auf das animalische Leben ist ein unendlicher. Wir erkennen leicht die Wirkung der Ernährung in der Gestaltung einzelner Thierarten. Welch' ein Unterschied zwischen dem mit Gerste und Bohnenschrot gefütterten arabischen Edelpferd und dem mit grobem Heu und Strohhäcksel gestopften schwäbischen Ackergaul! Mit Recht sagt Moleschott: „Die Nahrung hat die wilde Katze zur Hauskatze gemacht. Aus einem fleischfressenden Thiere mit kurzem Darm ist durch die allmälige Gewöhnung ein ganz anderes Wesen geworden, durch einen langen Darm zur Verdauung von Pflanzkost befähiget, die es im Naturzustand nicht frißt. Also die Kost macht aus dem raubgierigsten, fälschesten Thiere der Erde einen Hausgenossen des Menschen, der sich mit Kindern verträgt, der nur selten oder nur dem genauen Beobachter den alten Zug der Arglist verräth. Und wir sollten uns wundern, daß feurige und ruhige, kräftige und schwache, muthige und feige, denkende und denkfaule Völker durch die Nahrungsmittel entstehen, die sie genießen?“ Wahrhaftig, wir dürfen den werdenden Geist in der Ausbildungsperiode nicht unabhängig vom Stoffe halten; denn dieser bedingt in allzugroßem Maße die Ausbildung derjenigen Organe, welche die geistigen Funktionen unterstützen, um nicht rundweg zu sagen, bedingen. Es ist sehr bezeichnend, wie der Geschichtsvater Herodot die langlebenden Aethiopier sprechen läßt: Bei uns bringt es der Mann auf ein Alter von 120 Jahren; wir essen aber gekochtes Fleisch und trinken Milch dazu. Daß dabei das tägliche Bad (abgesehen vom äthiopischen Beilchenbade) die konsistente Speisetur unterstützt haben mag, wer wollte das bestreiten? Die feinsten Gebilde im menschlichen Kör-

per bedürfen wahrlich auch der allerbesten Stoffe, ja sie erheischen auch das seltenste Material, das zumeist eben in jenen enthalten ist. Bekanntlich hat Professor Agassiz die Ansicht ausgesprochen, daß der Genuß von Fischen das Gehirn erneuere und die geschwächte Thätigkeit desselben wieder herstelle, überhaupt zur Entwicklung der intellektuellen Kräfte und Anlagen im Menschen wesentlich beitrage. Wenn dem so ist, so dürfen wir uns nicht verwundern, wenn die gewaltigsten Rindfleischesser der Welt, welche zugleich auch zu den besten Fischessern zählen, nämlich die Engländer, mit einer Hand voll Leute die indischen Millionen von Pflanzeneßern unter dem Daumen halten. Ich will über die physiologische Berechtigung der Nahrungsfrage kein Wort weiter verlieren; uns kann es genügen, zu wissen, daß wir sie nicht ignoriren dürfen, wenn wir unsere armen Kinder rationell ernähren wollen. Die Wissenschaft steift sich freilich mitunter auf theoretische Systeme, die neben der praktischen Lebensfärbung oft armselig verblaffen; aber gerade in neuerer Zeit hat die Physiologie namentlich in Bezug auf die Ernährungsfrage das naive Bekenntniß abgelegt, daß das abstrakte Wissen, das lange Zeit die konkreten Gebräuche der Völker vornehm belächelte, mit diesem in friedliche Harmonie sich aufgelöst hat, d. h. es hat die Wissenschaft einsehen gelernt, wie ungemein wissenschaftlich, wenn auch nur instinktiv, die Völker in den verschiedenen Erdstrichen sich ernähren. Hiefür nur einen Beleg. In unsern Gebirgsthälern genießt man seit undenklichen Zeiten die Butter in reichlicher Menge. Die philantropische Schule verpönte deren Genuß bei Kindern, weil sie allzu reichliche Gallenerzeugung bewirke, während sie freilich in unsern Gebirgsgegenden rothbackige Jungens erzeugte, deren plastisches Wangenpolster der wissenschaftlichen Theorie grell in's Gesicht lachte. Heute erklärt der große Liebig, dieser wissenschaftliche Koch: „Ich finde die Butter, die ich für die Kinder früher beinahe entbehren zu können glaubte, ungemein nützlich und zuträglich. Mit der wissenschaftlichen Begründung der Ernährungsfrage können wir freilich des Lebens Härten nicht ganz besiegen. Es wird noch lange dauern, bis wir den Phosphor des Gehirns unsern Kindern durch Wachforellen und Lampreten ersetzen können; genug, daß wir wissen, wir müssen es thun und daß wir es können durch die vernünftige Anwendung der Leguminosen in unserer Küche. Sie sind der Armen Pflanzenfische, und wenn mitunter ein derbes Stück schweizerischen Rindfleisches dazu kommt, so können wir an unserm Orte das Huhn Henri IV. entbehren und uns gar lustig mit unsern Kindern mit des großen Napoleons Leibspruch trösten: „Wir leben nicht, um zu essen, sondern essen, um zu leben.“

Die Ernährungsfrage hat auch ihre moralische Berechtigung. Man hört nicht selten Klagen über Naschhaftigkeit der Kinder. In den meisten Fällen, der Ansicht bin ich, sind Eltern und Erzieher selber schuld am Fehler der Kinder. Fortdauernd ungenügende Ernährung erzeugt Heißhunger, eines der peinlichsten Gefühle im Menschenleben. Der physische Schmerz erregt das Gefühl zur Selbsthilfe und da beginnt dann der Hang nach dem Ueberspringen des gesetzlichen und moralischen Zaunes, der Mein und Dein von einander scheidet. Wer will auf den armen Hungernden den Stein der Verdammniß werfen, wenn er die Brotsamen vom Tische des Reichen sich holt und sich erlaubt, nicht zu Grunde zu gehen, so wenig moralisch es erscheint! Die Sucht, sich unerlaubte Nahrungsmittel anzueignen, ruft die böse Intelligenz auf, ihr dazu behülflich zu sein und es entsteht die Raffinirtheit, die Lüge und Heuchelei im Gefolge hat; es entsteht ein unordentlicher Gemüthszustand, der in alle Lebensverhältnisse störend eingreift und eine verderbliche Mischung zwischen Recht und Unrecht, Trotz und Verzagttheit hervorruft und das Alles um ungenügender Ernährung willen, für deren Folgen man die armen Kinder bestraft und salbungsvoll verantwortlich macht. Heißt das nicht unpädagogische Tyrannei treiben? Man wird mir einwenden, auch bei der genügendsten Kost können Näscher entstehen. Ich bin nach vielfachen Beobachtungen entschieden nicht dieser Ansicht. Ich gebe zu, daß selbst beim Gefühl der vollkommenen Sättigung die Leckersucht, das Leckermaul sich geltend machen kann; allein die eigentliche gefährliche Naschhaftigkeit, die einen Diebskeim entwickeln kann, sah ich beim gut genährten Bögling nie entstehen. Man hat sich aber auch ungemein davor zu hüten, jede Kleinigkeit gleich als diebischen Motiven entsprungen zu qualifiziren. Ich habe es erlebt, wie sich im spätern Leben der Spott und die Satyre solcher Pedanterien bemächtigen. Um einer einzigen armseligen Birne willen, die der Bögling im Vorübergehen unter dem eigenen Baume ausliest, einen Höllenlärm anfangen und dem Kleinen Galgen und Zuchthaus in Sicht stellen, ist nicht nur unpädagogisch, sondern geradezu unmenschlich.

Man wird mir ferner einwenden, aus dem Näscher entstehe nicht immer und folgerichtig ein Dieb, häufig verschwinde der kindische Zug im Mannesalter, wie die Sucht nach unreifem Obst verfliege. Es sind das meist die lebenswürdigeren Pädagogen, die sich in dieses süße Raisonnement vertiefen, und sie thun es meist aus der gutmüthigen Meinung, die Menschen nicht allzu schwarz malen zu wollen. Ich muß mir jedoch erlauben, an der Richtig-

feit obiger Behauptung zu zweifeln. Von sieben qualifizirbaren Mäschern aus meiner Jugendzeit wurde ein einziger ein durch und durch gerader und ehrlicher Mann; die andern wurden nicht geradezu Diebe, aber doch Leute, die es um Kleinigkeiten willen nicht eben genau nahmen. Des Nachbars Rabiskopf war ihnen ebenso angenehm als die eigenen und ob der Bauer etwas mehr oder etwas weniger Kirschen vom eigenen Baume heimnehme, kümmerte sie in der Regel wenig. Da aber das Volk in dergleichen Dingen coulant ist, so nahm man's Keinem besonders übel und man zählte sie bei ihren sonstigen bürgerlich brauchbaren Eigenschaften dennoch zu den rechten Leuten. Bloß konnte etwa Einem von ihnen der Schabernack begegnen, daß er mitunter in seinem gekochten Kohl Stecknadeln herauszulesen bekam. Die moralische Berechtigung der Ernährungsfrage ist eine ernste.

Die Ernährungsfrage hat auch ihre staatliche Berechtigung, insofern Wohlsein und Gedeihen der bürgerlichen Gesellschaft von demjenigen der Individuen abhängt. Der wohlgenährte Soldat ist ohne anders muthvollern Dranges, als der schlotternde Hungernde, der muskulösere ausdauernder als der entfleihte. Das müssen wir dem Staate lassen, daß er in seinen Anstalten die Ernährung gut bestellt. Nicht selten hat der Sträfling die bessere Kost als das arme verdingte Kostkind. In Schaffhausen aß ich die beste Erbsensuppe in meinem Leben. Es war Züchtlingssuppe. Fünfmal in der Woche gibt Zürich seinen Sträflingen Suppe mit  $\frac{1}{8}$   $\text{℥}$  Fleisch auf den Mann, daneben das trefflichste Hafermus mit Bohnen, Kartoffeln, Gemüse und reichlichem nahrhaftem Brod. Rheinau gibt seinen Irren täglich wenigstens  $\frac{1}{2}$   $\text{℥}$  Fleisch mit Abwechslung der Sorte, den Bedürftigen weichen Kalbsbraten mit Kuchen und gekochtem Obst, Allen ein vorzügliches weißes Brod, nach Bedürfniß Wein und Gemüse. Die Brodrationen in den Kasernen sind in der Regel groß, die Suppen, wenn der Koch sich zur Zeit die Augen ausgerieben, trefflich, der Spatz von Belang.

Da ist der Staat also nicht knauserig; aber um die Ernährung der armen Kinder bekümmert er sich blutwenig, weil ihn im Allgemeinen die Besonderheit der Erziehung der armen Jugend nicht bemüht. Bern und Aargau machen hierin eine rühmliche Ausnahme und auch Glarus zeigt sich wenigstens willig. Lasse der Staat die Fürsorge für die armen Kinder sich einmal zur Herzenssache werden und Sorge er wie für eine geistige Entwicklung, so auch für eine rationelle Ernährung derselben, so wird er finden, daß Wichern's Wort in Erfüllung gehen wird: „Ein Pfund Fleisch mehr in der Woche bewirkt für die moralische Kraftentwicklung mehr

als täglich eine Predigt. Wenn aber dem so ist, so schneidet der Staat viele Kandidaturen für die Zuchthäuser von vornherein ab und erspart sich durch die Anwendung von Tausenden die Zehntausende. Schlechte Düngung: magere Wiesen, armes Vieh, wenig Milch, keinen Zins, — Verarmung. Schlechte Ernährung: schwache Kräfte, moralische Verwirrung, Gesetzesüberschreitung, — Armuth und Strafanstalt.“

Die Ernährungsfrage hat ihre natürliche Berechtigung gegenüber und auch von Seite der Eltern, deren Kinder wir zu erziehen haben. „Häst gnueg z'ässe,“ ist eine stereotype Interpellation bei Besuchen von Eltern und Verwandten bei den Zöglingen. „Du häst trüecht,“ oder: „Du häst boset,“ ist entweder eine mit zufriedener Miene oder dann mit Bekümmerniß und schiefem Seitenblick auf den Erzieher angebrachte Begrüßungsformel vieler Besuchender. Sollen wir ihnen zürnen? Durchaus nicht; sie haben eine Berechtigung dazu und ihre Untersuchung nimmt eine ganz gute Färbung an, wenn mit den Interpellationen nach dem physischen Wohl auch diejenigen nach der intellektuellen, moralischen und religiösen Seite nicht ausbleiben. Wir müssen uns als Erzieher in die Situation der Eltern versetzen, die uns ihre Kinder übergeben haben, und da werden wir finden, daß ein gutes Aussehen, blühendes Wachstum der Kinder auch uns erfreuen, dagegen eine serbliche Beschaffenheit des Körpers und übles Aussehen auch uns erschrecken und beunruhigen würde, selbst wenn wir mit sophistischen Gründen und philosophischen Sätzen uns zu beruhigen versuchten. Die Eltern und Verwandten von Zöglingen dürfen von unsern Anstalten fordern, daß sie ihre uns Anvertrauten gut ernähren und dadurch auch körperlich ausbilden. Der starke und gut genährte Körper ist ein ausgezeichnetes Kapital für den Armen, das ihm reichliche Zinsen trägt und mit dem er eben wuchern muß. Besser, eine Anstalt entschlage sich der Erziehung armer Kinder, als daß sie dieselben aus Mangel an ökonomischen Mitteln armselig ernähre und in den schönsten Jahren verkümmern lasse. Die frömmsten Redensarten nützen beim hungrigen Kinde blutwenig.

Wenn ich die Berechtigung der Ernährungsfrage nach den verschiedenen Richtungen hin zu beleuchten suchte, so soll damit keineswegs jenen unbändigen Anmaßungen Vorschub geleistet werden, die mit Unverschämtheit Unmögliches begehren. Leckermäulern stehen wir entschieden entgegen und Trunkenbolde verabscheue man. Unmäßigkeit und Böllerei sind Laster, gegen die ein guter Erzieher frühzeitig ankämpft und da wird es mitunter nöthig, zu sagen im Sinne und Brauch des besten Vaters: Jetzt ist es genug, mein

Sohn; es hat am Ende Alles sein Maß, und wer dieses nicht kennt, muß es sich von Andern nennen lassen. Bei der ganz trefflichen Ernährung darf die Angewöhnung zur Selbstbeherrschung und zum Entbehren nicht außer Acht gelassen werden. Mitunter kalten, statt warmen Tisch, hie und da ein Abendbrod entbehren oder auch zur Abwechslung etwa nur einmal den Schöpflöffel gebraucht, wenn es nicht völlig langt, oder ein armer Bettler eintritt und um einen Antheil bittet, schadet nicht nur nicht, sondern fördert das Wachsthum des innern Lebens.

Die gute Ernährung des Kindes muß mit dem ersten Lebenstage beginnen und hiezu ist die beste Quelle, die beste Küche die gesunde Mutterbrust. Es ist eine Absurdität unserer Zeit, daß sie diese heilige Majade so gering achtet und mit vornehmem Schönthun sich ziert, das eigene Kind zu säugen. Ja säugen, pfui, wie häßlich reden Sie, würden hundert feine Damen uns mit künstlichem Erröthen entgegnen, wenn wir ihnen so was zumuthen würden, Damen, die indessen vor ganz andern Dingen nichts weniger als erröthen. Nun, man begreife den grausamen Uebelstand in den sogenannt höhern Schichten der Gesellschaft; wie will man ihn aber begreifen in den Kreisen der ländlichen und Arbeiterbevölkerung, wo er seit Jahrzehnden ebenfalls existirt? Die Kaufmannsfrau sagt: Ich kann mein Kind nicht stillen. Wie würde sich das schicken, wenn alle Augenblicke Kunden kommen, die ich bedienen muß? Die Handwerksfrau kann's natürlich auch nicht; sie muß den Gesellen aufwarten, den Lehrling kontrolliren, dem Meister Handreichung thun und daneben das Dienstmädchen instruiren. Wie sollte man da noch Kinder stillen können! Zudem, wie genant wäre das Deffnen und Schließen des Oberkleides, des Corsetverschlusses u. s. w. Man dürfte ja nicht einmal mehr nach der Mode „kommen“. Die Lehrersfrauen dürfen ihre Kinder ebenfalls nicht stillen; sie sind ja die Gehülfsinnen der Träger des Sittlichkeitsgefühls, und von den Pfarrersfrauen wollen wir nicht reden; die gehören ja ohnehin der höhern Gesellschaft an, wo vom Säugen der Kinder keine Rede sein darf. Aber die Bauernweiber, die sind doch derb genug, ihren Kindern die Brust reichen zu können; ja, du lieber Augustin, auch da ist's aus und der falsche Schamhaftigkeits- und Bequemlichkeitssteufel selbst in diese Naturkinder gefahren. Die Bauernfrau überläßt die erste Mutterpflicht für ihr Kind ihrer Kuh im Stalle. O Unnatur! Der Natur am ehesten treu geblieben ist der Bettlerstand und der Stand der Zigeuner. Ich fand die schönsten und blühendsten Säuglinge unter der Klasse der Heimatlosen, die ihre Kinder stets selber stillten. Doch, ich

werde fast hart im Urtheil. Verzeihung, ihr Mütter, die ihr gerne wolltet und deren Born versiegt ist; euch trifft mein Eifer nicht Den Hut ab vor der Mutter, die in zarter Liebe ihr Kind stillt und Sorge trägt dem geheiligten Trank, daß er durch keine Leidenschaft vergiftet wird! — Die Klage über die Mutterbequemlichkeit und falsche Scham ist übrigens nicht neu. Unser Aller Papa und der meinige im besondern Sinne, Vater Pestalozzi, hat darüber vor bald 100 Jahren ernst sich ausgedrückt. Er sagt: „Man hat vor Altem nichts davon gewußt, daß die Mütter, wenn sie säugen, in ihrer Wohnstube ihre Brust vor ihren eigenen Kindern verbergen und daß dieses der Leichtfertigkeit vorbeugen sollte. Im Gegentheile, man hat just geglaubt, Unschuld pflanze Unschuld und die halberwachsenen Knaben sind neben den Müttern gestanden und haben mit dem Brüderchen oder Schwesterchen gescherzt, während es an der Mutterbrust lag. Die Knaben sind dadurch vor dem giftigen Staunen bewahrt worden, welches die Wollust mehr reizt als alles Andere.“

Aber, du lieber Himmel, welch' ein Göttertrank ist die fromme Kuhmilch gegenüber dem lasterhaften Branntweingeist für das unmündige Kindlein! Und doch erhalten wir in unsern Anstalten noch dergleichen arme Würmlein, die also gestillt wurden. Hat man denn keine Zuchthäuser für solche Mütter? Kein Weib ist so arm, daß es nicht betteln und dem Branntwein für sein Kind ausweichen kann. Schweigen wir lieber von solcher Annatur!

Ich betonte absichtlich die erste Ernährung des Kindes, weil es bei mir Ueberzeugung ist und der Entwicklung alles organischen Lebens entspricht, daß ein rechter und naturgemäßer Beginn in der Ernährung des Kindes für dessen spätere Entwicklung von dem größten Einfluß ist. Siedet ein verderbtes Kind, wie man zu sagen pflegt, in der Butter, ihr werdet doch Jahre bedürfen, bis es sich naturgemäß entwickeln wird. Es ist erst in jüngster Zeit in meine Anstalt ein Knabe eingetreten, der sich zeitweise mit Gras nähren mußte; er trägt die Schwindsucht am Halse und den Arzt muß ich für ihn im Stalle suchen. Gut geschmalzene Speisen verträgt der arme Junge nicht. Ich will froh sein, wenn das Würschlein in zwei Jahren zum fröhlichen Keimen kommt.

Die Muttermilch läßt sich durch keine andere ersetzen; Kuhmilch ist nur ein Surrogat für dieselbe. Wenn man jene zu ersetzen genöthiget ist, so kann es am besten durch Eselsmilch geschehen, die in der Zusammensetzung der Muttermilch am nächsten steht. Man dürfte es thun ohne Besorgniß, daß das traditionelle Attribut der Quelle unbedingt auf die Kinder übergehen würde. Die Mutter-

milch ist bedeutend verschieden von der Kuhmilch. Sie enthält viel weniger Käsestoff als diese und dagegen weit mehr Milchzucker als sie, wenigstens um die Hälfte mehr. Das eigentliche Butterfett oder Butteröl, diese ungemein feine, leicht lösliche und verdauliche Substanz ist in der Muttermilch reichlicher vorhanden, als in jeder andern Milch. Die Kuhmilch enthält zwar auch Butteröl, aber in bedeutender Menge mit Perlmutterfett verbunden, wodurch die Butter Konsistenz erhält, dadurch aber für den Säugling viel schwerer verdaulich ist, als das Butterfett, das reichlich in der Muttermilch ihm zukommt. Neuere Aerzte haben mit Entschiedenheit auf die Gefahren aufmerksam gemacht, die man mit der Anwendung von Kuhmilch bei Säuglingen heraufbeschwört, und von dieser Kenntniß ausgehend, hat denn auch Liebig die Säuglingsuppe erfunden, die der Muttermilch ungemein nahe kommt und einen Umschwung der Ernährung der Säuglinge bewirkt hat, welche der natürlichen Quelle entbehren müssen. Es ist hier nicht der Ort, die Bereitung dieser Suppe anzugeben; allein ich möchte nur darauf aufmerksam machen, namentlich diejenigen meiner Kollegen, die sich mit der Besorgung von Säuglingen abzugeben haben. — Ich bin etwas warm und breit geworden im Kapitel über die erste Ernährung des Kindes; allein ich bin das namentlich euch schuldig gewesen, meine lieben Freunde, die ihr euch beunruhiget und in euerer Pflichttreue Selbstvorfürfe darüber macht, wenn euere Zöglinge selbst bei möglichst guter Ernährung nicht recht gedeihen wollen. Meistens ist die mangelhafte erste Ernährung oder die unnatürliche daran Schuld. Lasset euch nicht irre machen!

Für den Armenerzieher ist eine genauere Kenntniß der verschiedenen Volksnahrungsmittel ein wesentliches Bedürfniß und wenn es nur darum wäre, einen Küchenzettel anfertigen zu können, der rationell wirken kann in seiner Ausführung, ohne den mitunter armen Beutel allzu sehr bluten zu lassen. Das eben ist die Kunst für uns arme Leute, aus dem wohlfeilen Pflanzenreiche diejenigen Stoffe auf unsern Tisch zu bringen, welche den bessern Stoffen des kostspieligen Thierreiches am nächsten stehen und vielleicht nur den vierten Theil oder die Hälfte von diesen kosten. Ein Pfund Bohnen kostet 15 Gts., ein Pfund des bessern Ochsenfleisches 60 Gts. Es enthält nun

1 $\mathcal{L}$ Ochsenfleisch		1 $\mathcal{L}$ Bohnen
36,6 %	solide Masse	86 %
63,4 "	Wasser	14 "
21,5 "	Nahrungssubstanz	31 "

1 % Ochsenfleisch		1 % Bohnen
14,3 %	Wärmebildungs- substanz	51,5 %
0,3 "	Asche	3,1 "

Wir sehen hieraus, daß der Nährgehalt in den Bohnen denjenigen im Fleisch übertrifft, wenigstens demselben gleichkommt. Der Erbsenstoff, der allen Hülsenfrüchten zukommt, sagt Moleschott, ist so reichlich in Erbsen, Bohnen und Linsen vertreten, daß dieser eiweißartige Körper nicht nur den Klebergehalt des Brodes, sondern auch den im Fleisch enthaltenen Faserstoff nicht selten übertrifft.

Das Fleisch ist die nahrhafteste und gesündeste Speise in seiner Zusammensetzung und obenan steht das Ochsenfleisch, das in dieser alle andern Fleischarten vertritt. Es ist Pflanzenfleisch, für das alle gebildeten Nationen am meisten Geschmack haben, und nicht Thierfleisch, wie dasjenige von Katzen, Füchsen und andern Raubthieren. Das Fleisch ist im Stande, ohne Beimischung von andern Lebensmitteln, das Leben des Menschen zu erhalten, weil in ihm die Elemente des Körpers enthalten sind: Eiweiß, Fett, Salze und Wasser. Das Fleisch bildet vorzugsweise die Muskulatur im menschlichen Körper und ist daher für die Heranziehung der Körperkraft und dadurch für die Arbeitsbefähigung von ungemeinem Nutzen. Die Pädagogen des letzten Jahrhunderts verpönten den allzu häufigen Fleischgenuß aus dem Grunde, weil sie der Meinung waren, derselbe erzeuge den Geschlechtstrieb allzu frühe und die mit demselben im Gefolge gehenden Ausschreitungen. Grundlos ist diese Anschauung nicht; denn es ist bekannt, daß die pflanzenessenden Menschen im Ganzen genommen gleichmüthigere und sanftere Naturen sind als die fleisছেessenden. Der große Naturforscher Forster sagt: „Wir wissen mit Zuverlässigkeit, daß Sanftmuth, Liebe und Fühlbarkeit des Herzens die hervorstechenden Charakterzüge des Menschen sind, der von der Brodfrucht lebt.“ Man gebe den Zöglingen Fleisch, wenn man sie geistig und körperlich entwickeln will. Es wäre zu wünschen, es könnte das wöchentlich vier Mal geschehen und zwar in Portionen von  $\frac{1}{8}$ — $\frac{1}{4}$  % bei Kindern unter 12 und solchen von  $\frac{3}{8}$ — $\frac{1}{2}$  % bei Zöglingen über 12 Jahren. Der Erfolg müßte ein frappanter sein und in Unterricht und Arbeit auffallend gespürt werden.

Das Ei unserer Hausvögel ist ein eigentlicher Fleischtopf und man möchte wohl wünschen, es könnten unsere Zöglinge mitunter, namentlich an schweren Arbeitstagen, ein weiches Ei sich zu Gemüthe führen. Hier ist's allerdings richtig: Es ginge wohl, aber es geht nicht.

Das Brod enthält Pflanzeneiweiß oder Kleber und Stärkemehl. Es ist also eine glückliche Verbindung derjenigen Stoffe, welche den edelsten Gebilden und Säften im Körper zu Grunde liegen und zugleich die Fettpolster bilden, die dem Körper nicht bloß seine plastischen Formen, sondern auch seine Weichheit und Geschmeidigkeit geben. Der Kleber kommt im sog. Ruchbrod mehr vor, als im Weißbrod; daher ist jenes weit nahrhafter, aber unverdaulicher und recht geeignet, ein tüchtiges Arbeitsbrod zu sein. Ein gutes Mittelbrod ist für unsere Anstalten das beste und soll den Zöglingen reichlich verabfolgt werden; namentlich thut man gut, es neben den geschwellten Kartoffeln aufmarschiren zu lassen, damit das Uebermaß des Stärkemehls paralytirt wird durch den Stickstoffgehalt des Klebers. Für den Zögling paßt bei alleinigem Brodgenuß mit Milch, Kaffee, Most oder Wein  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  ℥ per Portion. Letztere Steigerung aber erst bei angehender Pubertät der Knaben. Mädchen werden sich selten zu diesem Quantum erheben. Salz und Brod macht Wangen roth.

In Bezug auf Nahrhaftigkeit steht Weizenbrod obenan, dann folgt Roggen, Hafer, Gerste, Reis und Mais. In Reis und Mais ist ein schwacher Siebentel des Klebergehaltes, der im Weizen sich vorfindet, enthalten. Wir dürfen daher auch den Mais als Nahrungsmittel nicht allzu hoch anschlagen und es erklärt sich, warum eine Maisuppe oder ein Maisbrei ohne Milch bald erneuten Appetit hervorruft. Lassen sich Milch oder Käse mit Mais verreiben, dann ist dieser als Fettbildner eine ganz treffliche Speise. Man wird daher gut thun, den Mais in Milch zu kochen und mit geschabtem grünem Zieger oder mit Käsepulver zu versetzen.

Die Hülsenfrüchte: Erbsen, Bohnen und Linsen sind so treffliche Nahrungsmittel, daß man sie neben Fleisch und Brod einreihen kann; sie sind recht eigentlich das Fleisch des ärmeren Bauernstandes, in welche Kategorie unsere meisten Anstalten gehören. Der Erbsenstoff ist ein eiweißartiger Körper, der in den Leguminosen ungemein reichlich enthalten ist und sogar den Klebergehalt des Brodes, wie selbst denjenigen des Fleisches übertrifft. Ein bedeutender Uebelstand in der Anwendung von Erbsen ist der, daß sie oft sich nicht weich kochen lassen. Das kommt vom Kalkgehalt des Wassers her, in dem man sie kocht. Der Kalk vereinigt sich beim Kochen mit dem Erbsenstoff und verwandelt diesen in einen harten Körper. Bei den Hülsenfrüchten kommt es aber sehr darauf an, daß sie recht verdaulich verabreicht werden. Erbsensuppe muß sorgfältig gekocht werden. Man nehme dazu Regenwasser und setze die Erbsen kalt an, so daß sie mit dem Wasser allmählig erwärmen.

Gesottene Erbsen sollte man seihen, damit die höchst unverdaulichen Hülsen weggehen. Oder man benutze geröllte Erbsen für die Suppe. Die sog. Kostsuppe, wie sie in vielen Bauerngegenden üblich ist, ist ein ganz ausgezeichnetes Nahrungsmittel, wenn auch für manche Leute der Hülsen wegen etwas schwer verdaulich. In unsern Anstalten kann sie trefflich verwerthet werden und ist für diese daher sehr zu empfehlen; auch wird sie in der Regel von Alt und Jung sehr gerne genossen. Eine Halbmaß dergleichen geschmalzene Suppe mit ein wenig Brod ist eine gute Mahlzeit. Das Mehl der Ackerbohnen unter Weizenmehl gemischt, gibt ein außerordentlich nahrhaftes Brod. Fellenberg in Hofwyl ließ immer dergleichen Brod backen und es bildeten die Bohnenäcker einen wesentlichen Bestandtheil des angebauten Feldes. Es ist bekannt, daß die Ackerbohnen die »Revalenta arabica« bilden, dieses kräftige Gesundheitsmehl, mit dem allerdings viel Humbug getrieben wurde. Daß die Hülsenfrüchte viel Phosphor enthalten, ist bekannt, und wenn wir von den Bestandtheilen des Gehirns auf sie zurückschließen wollen, so dürfen wir sagen, sie führen demselben einen höchst wichtigen Theil zu, so daß es nicht nur Illusion ist, wenn man behauptet, die Hülsenfrüchte befördern die Entwicklung der intellektuellen Befähigung.

Die bis anhin genannten Lebensmittel gehören in die Reihe der nahrhaften. Wir wollen nun auch noch die weniger nahrhaften anführen. In die erste Kategorie gehören die Wurzelfrüchte, die immer noch mehr Eiweiß enthalten, als die Blätter und Schößlinge. Zu oberst gehört hier die Kartoffel, dieses sog. Brod der Armen, diese freundliche Tischgenossin in den Palästen, dieses von der Jugend so sehr geliebte Nahrungsmittel. Die Kartoffeln führen vermöge ihres Stärkegehaltes dem Körper eine bedeutende Masse Fett zu, helfen aber nicht die Muskulatur desselben erhöhen. Wollte man den Muskelfaserstoff des Körpers durch die Kartoffel ersetzen, so müßte man diesem eine so ungewöhnliche Menge dieses Nahrungsmittels zuführen, daß unsere Anstalten Mastanstalten und nicht Erziehungsanstalten genannt werden müßten. Daher bei übermäßigem Kartoffelgenuß dicke Bäuche und große Köpfe. Dessenungeachtet ist die Kartoffel ein unschätzbares Nahrungsmittel. Sie ist außerordentlich kochgefugig und leicht verdaulich. Man sehe sich nur vor, daß sie immer mit einem dienlichen andern Lebensmittel in Verbindung gegeben wird. Die beste Zugabe ist die Milch oder Erbsenbrühe; selbst guter Kaffee ist nicht übel, wenn daneben grüner Kräuterkäse oder ein Stück Brod nicht mangelt. Mit Kartoffeln und Milch kann man die Kinder recht gut ernähren. Im hintern Theil des Glarnerlandes streut man unter die Kartoffelsaat große Ackerbohnen.

Sobald man die ersten Kartoffeln nimmt, pflückt man die Schoten von den Stengeln und legt sie zu den Kartoffeln in den Kochtopf. Mit diesen sind dann auch die Bohnen gesotten, werden aus den Schoten herausgeholt und mit jenen verspießen. Eine sehr rationelle Mahlzeit. Zu viel Kartoffeln ohne Beimischung von eiweißhaltigen Stoffen sind vom Uebel, machen schwächliche Menschen, verzagte Leute und armes Gehirn, nicht um ihrer willen, sondern um deßwillen, das man eben nicht verabreicht.

Mohrrüben, Boden- und andere Kohlraben kommen als Nahrungsmittel den Kartoffeln nicht gleich, enthalten aber einen bedeutenden Theil an Zucker, der sich in der Ernährung trefflich verwerthen läßt. Es ist aber fehlerhaft, dieses Nahrungsmittel für sich allein verabfolgen zu lassen, und unrichtig, wenn man meint, die Kartoffeln als Zusatz zu denselben machen Alles gut. Kartoffeln mit Möhren und eine dünne Haferbrühe ist eine geringe Mahlzeit; dagegen wird sie ordentlich, wenn statt der dünnen Haferbrühe eine ziemlich konsistente Mehlsuppe, und noch besser, wenn eine Erbsensuppe dazu gegeben wird. Bei dergleichen Mahlzeiten thut als Nachtiß eine Schale Buttermilch, wenn man sie hat, oder auch abgerahmte Milch sehr gute Dienste.

Die verschiedenen Blattgemüse sind an und für sich meist arme Nahrungsmittel und mehr geeignet, als Zulagen und Ausfüllungsmaterial zu dienen. Sie haben beinahe alle  $\frac{9}{10}$  wässrige Bestandtheile und kaum einen halben Hundertstel eigentlichen Nahrungsstoff. Wie wenig von diesem in zwei Gelten voll Salat, die für 40 Zöglinge reichen, enthalten ist, kann leicht ein Jeder berechnen, wenn er annimmt, das genannte Quantum betrage acht Pfund, die also  $\frac{4}{100}$  Pfund Nahrungsstoff enthalten, der auf 40 Zöglinge dividirt werden muß. Das Bessere am Salat ist unstreitig das Fett und derselbe in Verbindung mit der Essigsäure nur dazu geeignet, das beigegebene Fleisch rascher aufzulösen. Salat mit Kartoffeln ist demnach eine geringe Nahrung. Salat mit Mehllöffeln geht an, ist sogar ordentlich; aber am besten dient Salat neben dem Fleisch, mit dem er vortrefflich geht.

Das Obst ist eine freundliche Beigabe zum Tische des Armenzöglings und sollte in keiner Anstalt fehlen. Es ist wenig reicher an Nahrungsstoff als die Gemüsearten und liefert den Zucker, diese ausgezeichnete Substanz für die glückliche Ernährung des Körpers in reichlicher Menge und in einer Form, die besser nicht gewählt werden könnte. Mehrere Säuren des Obstes wirken auflösend auf die Eiweißstoffe im Körper und verdünnen dadurch das Blut, verursachen eine lebendigere Circulation desselben und schnellern Um-

faß, wie auch raschere Erzeugung nöthiger Säfte. Aus diesem Grunde ist Obst, den konsistenteren Nahrungsmitteln beigegeben, für unsere Anstalten die Universalapotheke.

Wenn ich nun die drei Reihen unserer vorzüglichsten Nahrungsmittel schließe (den Käse schließe ich in die Milch ein), so will ich es nicht thun, ohne noch eines vorzüglichen Gewürznahrungsmittels zu erwähnen; ich muß mir aber den Vorwurf der Partheilichkeit von vornherein verbitten. Ich trete mit meinem Landsmann auf, mit dem Hrn. Schabzieger oder in moderner Weise, um den Geruch zu vermeiden, mit dem grünen Kräuterkäse. Brauchen Sie ihn, meine Freunde, zu den Kartoffeln, zu den Mehlspeisen und namentlich auch zum Maisbrot in Beherzigung des Wortes unsers unsterblichen Naturforschers Conrad Gessner. Der berühmte Gelehrte (1541) sagt in seinen Schriften, daß Spottvögel den Glarnerzieger unter den vier Elementen der Schweiz für die Erde, den Zürcherwein für das Wasser, die Bündnersprache für die Luft und die Freiburgermünze für das Feuer ausgeben. „Man hat vergessen“, sagt Gessner, „wie gesund, wie angenehm er ist, wie er die Eß- und Trinklust befördert, welch' nützliches Reizmittel er für den Magen ist.“ — Es gereicht dem sel. Gessner und auch mir zur Befriedigung, daß unsere Bäcksteden von diesem trefflichen Nahrungsmittel jährlich zirka 4 Centner konsumirt. Ich heiße das klug gehandelt\*).

Unter den Getränken ist wohl keiner unserer Anstalten das allgemeinste, das Wasser, vorenthalten. In meinen drei Anstalten, denen ich bis heute vorstand, machte ich den „Brunnenschmöcker“ und Gottlob mit Erfolg, wohl wissend, wie unbedingt nöthig gutes Trinkwasser für eine Anstalt ist. Unser Blut besteht wenigstens zu drei Viertheilen aus Wasser; es wird also durch dieses ebenfalls erneuert und wir müssen es unter die Nahrungsmittel zählen, namentlich auch darum, daß es ein bedeutendes Quantum verschiedener Salze und Erden enthält. Der physiologische Werth des Wassers ist unermesslich, kann aber an dieser Stelle unmöglich auseinander gesetzt werden. Nur das: Lasse man unsere Zöglinge reichlich Wasser trinken, wann und wo sie es wünschen. Eines nassen Bettes wegen nur kein Wassermangel!

Die Milch ist das Universal-Nahrungsmittel, vom Schöpfer so wunderbar gekocht, daß sie gleich Blut ist nach wenigen Verdauungsgängen. Sie bewirkt schnell und sicher die Ernährung und

---

\*) Der Schabzieger wird in mehreren Landestheilen der Schweiz nicht bloß als Gewürz, sondern wie Käse als Lebensmittel verwendet.

ist am wohlfeilsten in der Präparirung. Sie enthält alle Bestandtheile des Blutes, somit auch alle des Körpers: Eiweiß, Fette, Zucker und Salze mit Wasser. In ihr ist der Käse, dieser König der Nahrungsmittel, enthalten, der leider in unsern Anstalten aus ökonomischen Gründen viel zu wenig verabreicht wird. Hr. Rochedieu in Serix und Hr. Kuratli in der Bächtelen wenden ihn, soviel mir bekannt, am meisten an und sie thun gut daran. Wir ärmere Schlucker können diesen Herren freilich nicht Alles nachmachen. Wir dürfen mit Moleschott und Johannes von Müller sagen: „Wo man Käse gewinnt, kann Fleisch nicht fehlen; wo Fleisch nicht fehlt, ist reiches Blut zu finden; reiches Blut schafft mit der Kraft der Muskeln den edeln Sinn und den feurigen Muth, der die Freiheit vertheidigt. Diese gedeiht, wo man Käse bereitet.“ — Die Butter, dieses köstliche Erzeugniß der Milch, ist ein Nahrungsmittel von unschätzbarem Werth, wenn sie die richtige Verwendung findet. Stärkemehl verwandelt sich in Verbindung mit Butter viel leichter in Fett, als ohne dieselbe; es sind demnach die fetten Breie der Alpengegenden eine nichts weniger als unverdauliche Speise, wenn sie das rechte Buttermaß innehalten, und der sogenannte „Fenz“ der Aelpler ist eine durch und durch wissenschaftliche Kost, wie denn auch das ehrwürdige Butterbrod zu den von der Wissenschaft als gut garantirten Novitäten gehört. Dieselbe staunt heute darüber, daß man überhaupt ohne sie schon seit Jahrhunderten so wissenschaftlich zu essen verstand. In unsern Anstalten sollten wir täglich 2 Loth Butter im Durchschnitt auf die Person verwenden können.

Dem Kaffee hat man, wie dem Zucker, lange Zeit sehr Unrecht gethan. Er hat eine bedeutende stickstoffhaltige Unterlage; er wird aber noch um so werthvoller, weil er durch seine ätherischen Oele die Nerventhätigkeit anregt, der Phantasie aufhilft und eine liebliche Wechselbeziehung zur Verdauung bewirkt. Vor gutem Kaffee erschrecke man also in unsern Anstalten nicht, weit mehr vor den fabrizirten Surrogaten desselben. Die Cichorie, die dem Kaffee meist beigemischt wird, ist noch nicht gründlich erforscht; man kennt namentlich ihren Bitterstoff nicht mit Sicherheit. Indessen hat sie Stärkemehl und Zucker. Ihr Aufguß ist weiter als nichts zu betrachten, denn als verbittertes, braunes Zuckermasser. Man gibt in einzelnen öffentlichen Anstalten ein Kaffeepulver von  $\frac{1}{3}$  ächt und  $\frac{2}{3}$  mit Cichorien und die Leute befinden sich wohl dabei.

Die geistigen Getränke bedürfen für unsere Anstalten kaum der Besprechung. Sie können vollständig entbehrt werden und sind mehr eine freundliche Zugabe, als ein Bedürfniß. Die Hauptwirkung derselben besteht in der Beförderung der Verdauung, wie

in der Anregung zu idealen Vorstellungen. Nach der Alkoholwirkung folgen sie sich in nachstehender Reihe: Obstwein, Bier, Traubenwein und Branntwein. Dieser kann in unsern Anstalten ganz entbehrt werden; selbst bei den Erwachsenen ist er absolut unnöthig; allein diese müssen wir auch mit ihren Vorurtheilen in unsere Kreise aufnehmen. Der Branntwein dient nur solchen Leuten, welche bei starrer Arbeit nicht das gehörige Quantum von Speise zu sich nehmen können; denn er liefert dem Verbrennungsprozesse schnelles Material und bewirkt dadurch ein sparsames Verzehren der eingenommenen Nahrung. Daher ist der Branntwein nur für ganz arme Leute und es ist traurig genug, daß er noch so oft die Nahrung ersetzen muß. So arm dürfen wir in unsern Anstalten wirklich nicht sein. Müssen geistige Getränke gegeben werden, so halte man auf einen guten Obstmost, als den ärmsten Alkoholbesitzer und daher den unschuldigsten. Zöglingen unter 8 Jahren gebe man ein halbes, unter 12 Jahren ein ganzes und über 12 Jahren höchstens zwei Gläser oder einen Schoppen.

Damit wollen wir die Betrachtung der Nahrungsmittel, die wir in unsern Anstalten gebrauchen sollen, schließen und uns ein wenig umsehen, wie in verschiedenen derselben die Vertheilung und Anwendung jener gehalten wird. Es sind mir darüber von verschiedenen Kollegen auf freundliche Weise Mittheilungen gemacht worden, die ich den verehrten Amtsbrüdern bestens verdanke. Möge ihnen dafür das tägliche Brod reichlich gesegnet werden!

Von 21 schweizerischen Anstalten (ich annexire Cernay im Elsaß, wo unser lustiger Bieder- und Landsmann haust, für uns) haben mir 18 derselben mitgetheilt, wie sie ihre Leute nähren, und sie haben ohne Ausnahme auf mich den Eindruck gemacht, daß sie bemüht sind, in ökonomischer Weise das Möglichste zu leisten. In allen von diesen Anstalten werden drei Mahlzeiten gegeben, in den meisten ein Zwischeneffen und in mehreren zwei von diesen. Da es von besonderm praktischem Nutzen ist, zu wissen, wie man an verschiedenen Orten sich nährt, so will ich in der Voraussetzung, meine verehrten Freunde werden's mir nicht als Indiscretion auslegen, wenn ich ihnen aus der Küche schwaze, die verschiedenen mir bekannt gemachten Ernährungsweisen mittheilen. Es gibt:

**Sonnenberg** (Luzern). Frühstück: Hafersuppe mit Milchzusatz und geschmalzene Kartoffeln. Mittags: Suppe mit Brodzusatz; Gemüse, namentlich Apfelschnitze und Kartoffelschnitze unter einander mit Schweinefett; Kartoffeln mit Milch gekocht; Reis- und Griesbrey, Birnen- und Apfelmueß; Sonntags  $\frac{1}{4}$   $\text{Z}$  Schweine-

fleisch; Dienstags und Donnerstags Fleisch auf's Gemüse geschnitzelt. Abends: Hafersuppe mit Zusatz von Milch und Kartoffeln; geschwellte Kartoffeln. z'Neuni: Im Sommer ein Stück Brod von 6—7 Loth, in den Hauptarbeiten zwei Glas Most dazu. Vesper: ein Schoppen Milch und ein Stück Brod; in Heuet und Ernte Morgens 3<sup>1</sup>/<sub>2</sub> Uhr ein Butterbrod und Abends um 5<sup>1</sup>/<sub>2</sub> Uhr extra ein Stück Brod und ein Glas Most.

**Stäfa** (Zürich) gibt drei Hauptmahlzeiten und ein Abendbrod. Bei strengen Arbeiten auch z'Neuni. In diesem Fall bei den Zwischenmahlzeiten Most, Wein oder Milch. Es wechseln ab Suppen von Mais, Hafer, Erbsen, Brod, Reis und Erdäpfeln mit Milch. Dann Gartengemüse grün und gedörret mit Maisbrei, Reis- und Haferebrei und Sonntags Fleisch: <sup>3</sup>/<sub>8</sub> ℥. Kartoffeln vier bis fünf Mal wöchentlich.

**Gruben** (Bern). Frühstück: Kartoffel-, Erbsen-, Bohnen- oder Maissuppe. Diese mit Milch gekocht. Mittags: Gemüse, Kartoffeln und Brod; Reis-, Mais- oder Mehlsbrei; Sonntags Rind-, Donnerstags Schweinefleisch. Abends: Dreimal Kaffee mit Kartoffeln und Brod; bei warmem Wetter Obst und Brod oder Käse und Brod bei kühlem Wetter.

**Narwangen** (Bern). Frühstück: Geschwellte oder gekochte Kartoffeln, Milch oder Kaffee und Brod. Mittags: Suppe und Gemüse mit Kartoffeln; Sonntags <sup>1</sup>/<sub>4</sub> ℥ Fleisch; im Sommer auch in der Woche. Abends: Brod und verschiedene Suppen, oft Kartoffelsuppe mit Böhnlein. z'Neuni: Im Sommer Brod und Most bei der Arbeit. Vesper: Ebenso, im Winter Obst statt Most.

**Cernay** (Elsaß, Frankreich). Frühstück: Suppe und Kartoffeln. Mittags: Suppe und Gemüse, drei Mal Fleisch in der Woche oder Wurst, <sup>1</sup>/<sub>4</sub> ℥ Fleisch. Vesper: Ein tüchtig Stück Brod, <sup>5</sup>/<sub>12</sub> ℥. Abends: Wie am Morgen; im Sommer zum Frühstück und Abendessen dicke Milch, zum Vesper Obst oder Wein bei Erntearbeiten.

**Friedeck bei Buch** (Schaffhausen). Frühstück: Am Sonntag Kaffee und Brod; an den Wochentagen Mueß von Breimehl. Mittags: zweimal Suppe, Fleisch und Gemüse; beschnittene Kartoffeln mit Gemüse; Reis oder Mais mit Kartoffeln; Suppe, Knöpfli und Zugesemüse; Erbsen oder Bohnen mit Kartoffeln. z'Neuni: Nur im Sommer die Aelteren Brod mit Most; die Jüngeren Brod mit Obst. Vesper: Ebenso.

**Schurtanne** (Appenzell). Frühstück: Milch, Suppe und Brod. Mittags: Ebenso, oder auch aus Mehlbrei oder Brei von Maisfemmel statt Suppe; Sonntags Fleisch, Kuchen oder Knöpfli; an einem Wochentage Fleischgries: Herz, Lunge, Ruttlen 2c. Abends: Suppe, Milch und Brod, selten Kartoffeln. z'Neuni: Nur im Sommer bei anstrengenden Arbeiten Brod und Most. Vesper: Das ganze Jahr 1 Stück Brod; im Sommer unter strengerer Arbeitszeit mit Most.

**Olberg** (Aargau). Frühstück: Kartoffelsuppe mit eingeschnittenem Brod. Mittags: Suppe mit zwei Gemüsen; dreimal in der Woche Fleisch mit Gemüse. Abends: Suppe aus Bohnen, Erbsen, Gries, Milch und Mehl mit eingeschnittenem Brod. z'Neuni: Ein Stück Brod mit einer Tasse Buttermilch im Sommer. Vesper: Ein Stück Brod mit Wein oder Milch im Sommer, mit Obst oder zwei gebratenen Kartoffeln im Winter.

**Blankis** (Graubünden). Frühstück: Mehlsuppe mit Brod. Mittags: Suppe mit Polenta, Kastanien, in Milch gekochte Kartoffeln, Bohnen, Reis, gebackene Mehlspeisen, geschwellte Kartoffeln mit Käse; grünes Gemüse, Fleisch je nach der Arbeit. Abends: Kartoffeln, Reis oder Knöpfli, Suppe mit Brod. z'Neuni: Ueber die Feldarbeitszeit ein Stück Brod. Vesper: Das ganze Jahr ein Stück Brod; bei Feldarbeiten Milch, Most oder Obst dazu.

**Grand champ** (Neuenburg). Frühstück: Kaffee mit Milch und Brod. Mittags: Dreimal wöchentlich Suppe, Fleisch und Gemüse; die andern Tage Suppe, Gemüse und Brod. Abends: Suppe mit Brod. z'Neuni: Ein Stück Brod. Vesper: Nur im Sommer ein Stück Brod; bei strengen Arbeiten ein Becher Milch dazu.

**Wädensweil** (Zürich). Frühstück: Maisbrei in Milch gekocht; an Sonntagen Kaffee. Mittags: Suppe und Gemüse; Erbsensuppe und Kartoffeln; Suppe und Reis; an Sonntagen Fleisch. Abends: Eine Suppe im Sommer; Suppe und Brod im Winter. z'Neuni und z'Vesper: Nur im Sommer Brod und ( ? )

**Serix près Oron** (Waadt). Frühstück: An den Wochentagen Maisuppe und Brod. Am Sonntag Kaffee, Brod und Käse. Mittags: Gemüsesuppe und ein Gemüse, oder geröstete Kartoffeln, Reis, Bohnen, Pappo oder Salat und geschwellte Kartoffeln. Zweimal Fleisch wöchentlich. Abends: Im Sommer Gemüsesuppe; im Winter Kaffee (mit Milch), Brod, Käse und geschwellten Kar-

toffeln; am Sonntag geröstete Kartoffeln oder Reis. z'Neuni: Ein Stück Brod oder Früchte im Sommer. Vesper: Kaffee, Brod und Käse im Sommer.

**St. Gallen.** Frühstück: Hafermues mit eingeschnittenem Brod, oder Milch mit eingeschnittenem Brod. Mittags: Suppe oder Milch mit eingeschnittenem Brod nebst Brei von Reis, Mehl, Mais, Gries, Kartoffeln; oder Gemüse; Maccaroni, Kastanien, Bohnen; am Sonntag Fleisch. Abends: Wie am Morgen. z'Neuni: Nur bei Feldarbeit z'Neunibrod. Vesper: Ebenso; am Sonntag Abend Kaffee oder Milch mit einem Stück Brod.

**Wattwyl (St. Gallen).** Frühstück: Kaffee oder Milch mit Brod; Hafermues mit Brod. Mittags: Suppe und Gemüse oder Suppe und Milchspeisen, ein- bis zweimal Fleisch. Abends: Hafermues mit Brod oder Kartoffeln. z'Neuni und z'Vesper: Brod; bei Erntearbeiten mit Most.

**Kasteln (Aargau).** Frühstück: Suppe im Wechsel, oder zwei- bis dreimal Kaffee (vermuthlich mit Brod). Mittags: Suppe, Gemüse und Kartoffeln, meist dreimal Fleisch in der Woche. Abends: Wie am Morgen. z'Neuni: Brod bei strengerer Arbeit. Vesper: Brod, nach Umständen Milch, Obst oder Most dazu.

**Masans (Graubünden).** Frühstück: Eine kräftige Mehlsuppe mit eingebroctem Brod. Mittags: Diverse Suppen, Polenta und Reis, Kartoffeln in verschiedener Form; zweimal Fleisch in der Woche. Abends: Verschiedene Suppen oder unter Umständen Milch und Kartoffeln. z'Neuni: Zur Sommerszeit ein Stück Brod. Vesper: Brod und Obst; zur Erntezeit Wein oder Kaffee.

**Bernrain (Thurgau).** Frühstück: Hafermues mit Milch. Mittags: Suppe, Kartoffeln und Gemüse, abwechselnd mit Mehlspeisen; einmal Fleisch. Abends: Kartoffeln und Milch, Hafermues mit Milch, Kartoffel- und Erbsensuppe. z'Neuni: Nur im Sommer, bei strenger Arbeit mit Most. Vesper: Brod mit Most wie oben; im Winter nur bei Waldarbeiten.

Betrachten wir nun die Ernährungsweisen in den genannten Anstalten näher, so kann man offenbar das Bemühen, mit möglichster Oekonomie die beste Ernährung zu bewirken, nicht verkennen, und es ist wohl eine Beruhigung für manchen Armenerzieher, sehen zu können, daß man es fast überall ungefähr gleich hält in der Verwendung der Lebensmittelarten. Wenn man noch einen Wunsch aussprechen soll in Bezug auf die Wahl derselben, so wäre es der:

- 1) Es möchte in allen Anstalten den Zöglingen wenigstens zweimal in der Woche Fleisch gegeben werden.

2) Reichlichere Anwendung der Butter.

3) Ebenso von Käse oder Zieger und Bohnen.

Betrachten wir die quantitative Verabreichung der Nahrungsmittel, so finden wir, daß verabreicht an

	Brod täglich	Fleisch à Port.	Milch täglich	Butter täglich
Sonnenberg	$\frac{1}{2}$ ℥	$\frac{1}{4}$ ℥	1 Schoppen	0,8 Loth.
Stäfa	15 Loth	$\frac{3}{8}$ "	2 "	1,2 "
Arwangen	1 ℥	$\frac{1}{4}$ "	$1\frac{1}{2}$ "	? "
Cernay	$\frac{1}{2}$ "	$\frac{1}{4}$ "	2 "	0,8 "
Friedeck	$\frac{1}{2}$ "	$\frac{1}{4}$ "	$1\frac{1}{2}$ "	1 "
Schurtanne	$\frac{3}{4}$ "	$\frac{1}{3}$ "	3 "	? "
Olzberg	$\frac{3}{4}$ "	$\frac{1}{4}$ "	$1\frac{1}{2}$ "	1 "
Grandchamp	$\frac{2}{3}$ "	$\frac{1}{5}$ "	$1\frac{1}{2}$ "	1 "
Wädensweil	$\frac{3}{4}$ "	$\frac{1}{3}$ "	? "	2,5 "
Serix près Oron	$1\frac{1}{2}$ "	$\frac{1}{2}$ "	1 "	0,5 "
St. Gallen	12 Loth	$\frac{1}{4}$ "	$2\frac{1}{2}$ "	? "
Kasteln	$\frac{1}{2}$ ℥	$\frac{1}{3}$ "	? "	1 "
Mafans	$\frac{1}{2}$ "	$\frac{1}{4}$ "	? "	1,7 "
Bernrain	$\frac{3}{4}$ "	$\frac{1}{3}$ "	$1\frac{1}{2}$ "	? "
Bächtelen	1 "	$\frac{1}{3}$ "	2 "	1,6 "
Zürch. Pestalozzistiftung	1 "	$\frac{3}{8}$ "	3 "	1,5 "

Im Durchschnitt  $\frac{3}{4}$  ℥  $\frac{1}{4}$  ℥ 1,7 Schoppen 1,2 Loth.

Der Konsum in Brod variiert von 16 Loth bis 32 Loth.

" " " Fleisch " "  $\frac{1}{5}$  ℥ bis  $\frac{3}{8}$  ℥.

" " " Milch " " 1 Schoppen bis 3 Schoppen.

" " " Butter " " 0,8 Loth bis 2,5 Loth.

Hiebei kann ich mich nicht enthalten, die Befürchtung auszusprechen, es möchte sich Wädensweil in seiner Berechnung getäuscht haben. Ist es nicht der Fall, so ist die genannte Anstalt für ihre Errungenschaft zu beneiden. Es fragt sich nun: Haben wir das richtige Maß der Ernährung in unsern Anstalten? und da könnte ich nach meiner Ueberzeugung nicht unbedingt mit Ja antworten und ebenso wenig kann es die Wissenschaft. Ich lobe es, daß einige Anstalten Käse konsumiren, wie die Bächtelen, Serix, Gruben zc. Ebenso ist die Verwendung von Bohnen, wie sie in vielen Anstalten vorkommt, ganz trefflich. Im Ganzen aber dürfen wir noch etwas mehr Milch und Butter verwenden. Wenn wir täglich zwei Schoppen abgerahmte Milch und zwei Loth Butter dem Zögling zukommen lassen, so geben wir ihm an Eiweiß und Fett in einem für die Muskulatur und Fettbildung außerordentlich günstigen Verhältnisse.

Mögen wir Alle dieses Ziel erreichen! Ich will, ohne maßgebend sein zu wollen, versuchen, eine Grundlage für den Küchenzettel einer Armen-erziehungsanstalt zu entwerfen und dabei berücksichtigen,

a) was die Wissenschaft von uns fordert,

b) was unsere Oekonomie erlaubt.

Das Frühstück kann bestehen aus

Milch und geschwellten Kartoffeln mit Brod;

Kaffee, gerösteten Kartoffeln mit Brod;

Hafermues mit Milch;

Maismues mit Schabzieger und Kaffee.

Das Mittagessen kann bestehen aus

Suppe, Fleisch und Gemüse mit ein wenig Brod, wenigstens zweimal wöchentlich;

Erbsensuppe mit geschwellten Kartoffeln;

Reisuppe mit gekochten Bohnen;

Haferuppe mit gerösteten Kartoffeln und gekochtem Obst;

" " Knöpfli und dürrer oder grün gekocht. Obst;

Brodsuppe mit Nudeln und Gemüse;

(an Knöpfli und Nudeln Schabzieger)

Maisbrot mit Milch;

Kostsuppe mit Kartoffeln und Salat, Kraut, Kohl oder Rüben;

Brodkuchen mit Obst.

Das Nachtessen kann bestehen aus

Kostsuppe, dicker, mit geröstetem Brod d'rein;

Erbsensuppe dito

Milch und Kartoffeln, geschwellt;

Kaffee und Kartoffeln mit Schabzieger oder Käse;

Haferbrot mit Milch.

Die Zwischenfutter können bestehen aus

Brod mit Obst;

Brod mit Wein oder Most.

Im Durchschnitt sollte man verabreichen:

Brod pr. Portion  $\frac{1}{2}$   $\%$  als Hauptspeise.

Fleisch "  $\frac{1}{4}$  " " Zuthat oder Zwischenfutter.

Suppe "  $\frac{3}{8}$  " " " "

Suppe "  $\frac{1}{2}$  Maß als Hauptspeise.

Milch "  $\frac{1}{4}$  " " Zuthat.

Butter " 1 Schoppen stark.

Butter täglich 2 Loth.

So sind wir denn endlich durch die Reihe der Anschauungen zur Quintessenz dessen gekommen, was aus der weiten Berathung

als wahr resultirt und ich wünsche von Herzen, es möchte meine kleine Arbeit dazu beigetragen haben, manch' einem armen Knaben oder Mädchen das Jugendloos angenehmer zu machen. Für uns Alle aber, die wir zu geben berufen sind, mögen folgende Schlüsselfätze Beherzigung finden:

- 1) Scheue nichts, um deine Zöglinge gut zu nähren.
- 2) Du bist dem Vater der Armen strengere Rechenschaft schuldig, als deinem Komite.
- 3) Baue dein Feld reichlich und mit Sorgfalt, damit du um so ruhiger deine Kinder nähren kannst.
- 4) Was dem Kinde unbedingt zuwider ist, das zwinge ihm nicht mit allzu großer Strenge auf.
- 5) Gib möglichst viel Kollektivportionen.
- 6) Laß bei Tische dem Frohsinn möglichst Raum.
- 7) Genieße die Hauptmahlzeiten nicht, ohne die Beziehung zu Gott.

Alle gute Gabe und jedes vollkommene Geschenk, es kommt von oben herab, von dem Vater des Lichts, das müssen wir im Ernährungsgeschäfte bedenken und unsern Kindern zu Gemüthe führen; denn in diesem Glauben unterscheidet sich die menschliche Ernährung von der thierischen. Unsere Kinder sind dazu berufen, im Leben auch mit innerer Ueberzeugung ausrufen zu können: „Der Mensch lebt nicht allein vom Brode, sondern von einem jeglichen Worte Gottes.“

---

## Ueber das richtige Verhältniß von Arbeit und Unterricht in Armen-erziehungsanstalten.

### R e f e r a t

von Kuratli, Vorsteher der Bächtelen.

---

Wenn wir über vorliegende Frage uns das Wort zu nehmen erlauben, so geschieht es nicht, um Ihren Voten irgendwie vorzugreifen. Wir glauben vielmehr, eine allseitige Behandlung derselben erfordere Ihre Theilnahme in dem Umfang, und zählen um so mehr auf Ihre Ergänzung unserer Umrisse, als eine Lösung der Frage vorzugsweise an der Hand der Erfahrung zu finden sein wird.