

**Zeitschrift:** Revue Militaire Suisse  
**Herausgeber:** Association de la Revue Militaire Suisse  
**Band:** 19 (1874)  
**Heft:** 1

**Artikel:** De l'alimentation des armées  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-333726>

### **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:** 29.04.2026

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

# REVUE MILITAIRE SUISSE

N° 1.

Lausanne, le 1<sup>er</sup> Janvier 1874.

XIX<sup>e</sup> Année.

SOMMAIRE. — De l'alimentation des armées. — Société de cavalerie de la Suisse occidentale. — Société vaudoise de l'état-major, du génie et de l'artillerie. — La question des sous-officiers dans les armées étrangères. — Bibliographie. *Termes, sujets et dialogues militaires*, par Menksen. — Nouvelles et chronique.

La *Revue militaire suisse* continuera à paraître en 1874 aux mêmes prix et conditions que par le passé. Les personnes qui ne refuseront pas un des deux premiers numéros seront censées continuer l'abonnement pour l'année.

*Conditions d'abonnement.* Pour la Suisse : 1 an, 7 fr. 50 ; 6 mois, 4 fr. ; 3 mois, 2 fr. Pour la France, l'Italie, l'Allemagne et la Belgique : 1 an, 10 fr. ; 6 mois, 6 fr. ; 3 mois, 3 fr. Pour les autres pays : 1 an, 15 fr. ; 6 mois, 8 fr. ; 3 mois, 4 fr.

## DE L'ALIMENTATION DES ARMÉES.

Le soldat a une vie fatigante. Il doit être capable d'efforts énergiques et soutenus ; il doit pouvoir supporter, en portant ses armes et son bagage, des marches longues et pénibles ; les circonstances ne permettent pas toujours de lui accorder un temps de repos suffisant.

Dans ces circonstances les déperditions du corps humain sont considérables et il est nécessaire de les remplacer par une alimentation abondante et convenable. Lorsque la nourriture est insuffisante, les forces diminuent, et cet affaiblissement du corps réagit nécessairement sur le moral des hommes. Il faut au soldat épuisé par la fatigue et les privations une énergie bien rare à rencontrer pour pouvoir lutter avec chance de succès contre des troupes fraîches. Cette énergie, les officiers peuvent et doivent la réclamer de leurs hommes dans une circonstance donnée, mais c'est une grave faute de s'être mis dans l'obligation d'y avoir recours.

D'autre part, on sait quelle complication dans l'administration et quelles entraves les colonnes de vivres apportent à la marche des armées. Il est donc nécessaire de se rendre un compte exact des conditions de l'alimentation afin de pouvoir en combiner les éléments de façon à composer une ration journalière qui sous le plus petit volume et le moindre poids possible fournisse une nourriture abondante, saine et fortifiante.

Les recherches de la science moderne ont démontré que le corps humain, comme tous les organismes, est composé essentiellement de 4 éléments, l'oxygène, l'hydrogène, l'azote et le carbone. Les deux premiers éléments sont fournis surabondamment par l'air que nous respirons et par l'eau que nous buvons, les aliments doivent surtout fournir au corps l'azote et le carbone dont il a besoin.

Partant du principe que la nourriture doit remplacer les éléments

consommés par le travail de la respiration et de la digestion, des savants ont recherché les quantités d'azote et de carbone expulsés journellement par le corps humain et l'on a constaté (voir Payen, précis des substances alimentaires) que :

Un homme sédentaire perd dans les vingt-quatre heures 12,5 grammes d'azote et 265 grammes de carbone.

Un adulte se livrant à un travail modéré consomme 20 grammes d'azote et 310 grammes de carbone.

Enfin que lorsqu'on se livre à un travail pénible ou à des marches prolongées la dépense journalière s'élève à 25,5 grammes d'azote et 365 grammes de carbone.

Nous pouvons admettre que la seconde proportion constituera le type de la ration en temps de paix et la troisième celui de la ration de guerre.

Voyons maintenant si nos troupes en service ont une alimentation suffisante.

La ration est comme on sait de 10 onces soit 312,5 grammes de viande avec les os, donnant 250 grammes de viande nette fournissant

1 1/2 liv. soit 750 grammes de pain

Azote.	Carbone.
7,5 gr.	27,5 gr.
9 — »	225 — »
16,5 gr.	252,5 gr.

En outre. Supplément pour sels et légume.

Si l'on admet 3 centimes pour le bois et sel, il restera 7 centimes pour lequel on peut se procurer 1/5 de livre soit 50 grammes de riz donnant

0,9 »	20 — »
-------	--------

Si nous y ajoutons le café fourni par une retenue de 15 cent. sur l'ordinaire, admettant la tasse d'une chopine et le mélange composé de moitié lait et moitié café, 1/8 de pot de lait pèse 198 grammes qui contiennent

1,30 »	16 — »
--------	--------

Il coûte 4 centimes, les 11 centimes restant permettent d'acheter au prix de 1,10 le demi-kilo, 50 grammes de café donnant

0,55 »	4,5 »
19,25 »	293 — »

Combinée de cette façon l'alimentation est insuffisante ; si nous prenons une autre combinaison :

Pain et viande comme ci-dessus

16,5 »	252,5 »
--------	---------

Substituant au riz des pois secs ordinaires qui sont du même prix, les 50 grammes de ce légume donneraient

1,83 »	22 — »
--------	--------

Remplaçant le café par le chocolat nous aurions :

Lait comme ci-dessus.

1,3 »	16 — »
-------	--------

Chocolat supposé également à fr. 1,10 le demi-kilo (une livre) 50 grammes contiennent

0,76 »	29 — »
20,36 »	319,5 »

La proportion serait plus avantageuse encore si l'on substituait aux pois des fèves qui sont du même prix et donneraient

	Azote	Carbone
	2,25 gr.	21 — gr.
Les fèves vertes séchées.	2,23 »	23 — »
Les haricots.	1,96 »	21,5 »
Les lentilles.	1,94 »	21,5 »
Les pois cassés, séchés verts.	1,96 »	23 — »

Nous voyons par là que si nous admettons que nos milices ne font qu'un travail modéré l'alimentation est strictement suffisante si nous employons les légumineuses et le chocolat, et en tous cas insuffisante si l'on emploie du riz et du café. Mais si dans les armées permanentes les soldats en temps de paix ne font qu'un exercice restant dans des conditions ordinaires et n'ont à réparer que les pertes calculées dans la seconde hypothèse, chez nous le temps d'instruction est si limité que pour pouvoir arriver à remplir le programme on est obligé d'augmenter les heures de service, en sorte que nos recrues sont aussi fatiguées par le service d'instruction qu'elles le seraient en campagne. L'alimentation de nos hommes devra toujours se calculer d'après les bases de la troisième hypothèse, c'est-à-dire d'une déperdition journalière de 25,5 grammes d'azote et 365 grammes de carbone.

	Azote.	Carbone.
Viande 180 à 200 grammes donnant	6 — gr.	22 gr.
Pain, 918 grammes »	9,9 »	275 — »
Riz ou pâtes, 150 grammes »	2,7 »	64 — »
Total	18,6 »	358 — »

Il faut ajouter à cela cent fois par an, c'est-à-dire deux fois par semaine, une distribution de vin ou de café; la ration serait presque convenable quoique faible en temps de paix si elle était délivrée en nature, mais par motif d'économie l'ordinaire se paie en argent à raison de cinquante-huit centimes par jour et par homme, les chefs sont dans l'impossibilité de se procurer pour ce prix les rations réglementaires, et pour éviter les déficits ils sont obligés d'économiser sur les quantités.

Dans l'armée allemande la ration journalière est composée comme suit :

	En garnison.	Dans les camps, grandes manœuvres.	En campagne.
1. Pain	750 gr.	750 gr.	750 gr.
ou biscuit.	» »	» »	550 »
2. Viande fraîche ou salée	150 »	250 »	375 gr.
ou bœuf ou mouton fumé	» »	» »	250 »
ou lard.	» »	» »	170 »
3. Légumes. Riz	90 »	120 »	125 »
ou gruau d'avoine, de sarrazin	120 »	150 »	125 »
ou pommes de terre	1500 »	2000 »	1500 »
ou légumes secs (pois, lentilles, fèves).	230 »	300 »	250 »
4. Sel.	25 »	25 »	25 »
5. Café grillé	» »	15 »	25 »
ou café vert.	» »	» »	30 »

En cas de fatigues extraordinaires le commandant du corps d'armée peut porter la ration à 170 grammes de riz, 340 de légumes secs ou 2000 de pommes de terre et à 500 grammes de viande. Les soldats peuvent aussi recevoir (surtout en pays ennemi) 1 litre de bière ou 1/2 litre de vin, 50 grammes de beurre, 50 grammes de tabac et 40 grammes de café.

Si l'on applique à ces diverses rations les chiffres de l'ouvrage de Payen cité plus haut on trouve :

	Azote.	Carbone.
1° Que la ration de garnison renferme		
Avec le riz,	12,8 gr.	261,9 gr.
Avec le gruau,	14,4 »	272,4 »
Avec les pommes de terre,	15,4 »	373,2 »
Avec les pois,	19,8 »	272,4 »
2° Que la ration du pied de guerre renferme		
Avec le riz,	18,9 »	302,3 »
Avec le gruau,	19,9 »	306,7 »
Avec les pommes de terre,	21,1 »	398,5 »
Avec les pois,	26,2 »	354

On voit que la ration de garnison est tout-à-fait insuffisante, elle dépasse à peine le strict nécessaire pour l'entretien du corps au repos, ensorte que le soldat affaibli ne doit être capable de fournir que bien peu de travail. Cela est surtout frappant si l'on emploie des rations de riz ou de gruau, qui quoique moins substantielles que les légumineuses sont distribués en plus petite quantité. Les soldats sont évidemment obligés dans ces circonstances d'aller chercher à la cantine un supplément de nourriture, à moins qu'ils ne sachent s'insinuer dans les bonnes grâces des cuisinières de la garnison.

En temps de guerre, quoique la ration soit sensiblement augmentée, elle est encore trop pauvre en azote avec le riz, le gruau et les pommes de terre, mais elle devient excellente lorsqu'on emploie les légumineuses. C'est ce qui explique la prédilection des Allemands pour les saucisses de pois.

En France les rations sont les suivantes :

	Pied de paix.	Pied de guerre.
1° Pain	1000 gr.	750 gr.
ou biscuit,	» »	550 »
2° Viande,	300 »	400 »
3° Légumes, riz	60 »	30 »
ou haricots,	60 »	60 »
ou pommes de terre,	550 »	» »
Légumes verts,	100 »	» »
Sucre,	» »	21 »
Café,	» »	16 »
Elles renferment :		

	Azote.		Carbone.	
	Pied de paix.	P. de guerre.	Pied de paix.	P. de guerre.
Avec le riz,	19,8 gr.	19,4 gr.	352 gr.	285,7 gr.
Avec les pom- mes de terre,	20,9 »	» »	397 »	» »
Avec les hari- cots,	21,9 »	21,4 »	367 »	297,8 »

On voit que le système présente cette anomalie que la ration très-convenable en temps de paix se trouve diminuée en temps de guerre et n'est plus même suffisante pour la vie de garnison. Pour l'améliorer il faudrait maintenir la ration de pain du pied de paix ou mieux encore augmenter la distribution des légumes secs.

Signalons encore certaines propriétés des aliments qui ne découlent pas directement de leur composition chimique et dont il faut cependant tenir compte.

Les légumineuses par exemple, employés à la longue, deviennent facilement indigestes et malgré leur grande supériorité comme aliment on ne peut pas les employer d'une façon constante, on sera toujours obligé d'alterner avec le riz ou les pommes de terre, substances contenant beaucoup moins d'azote qu'il faudrait alors remplacer par un supplément de viande.

Le café, qui ne fournit à l'analyse que peu d'éléments nutritifs, est néanmoins un puissant stimulant, il a la propriété particulière de ralentir la digestion sans néanmoins la gêner en rien, les déperditions sont moins fortes en sorte que le corps a besoin de moins d'aliments. Il est particulièrement utile dans les cas où l'on est obligé de rationner le soldat, dans une place assiégée, sur des navires etc. Nous ne voulons pas dire par là que l'on doive et que l'on puisse se servir du café pour diminuer l'alimentation, à la longue le corps ferait toujours valoir ses droits. Le café sera très-utile pendant les marches, il ralentit la digestion surexcitée par l'exercice et modère la transpiration.

Ce dernier point est important ; une transpiration exagérée enlève au sang ses parties aqueuses, l'épaissit outre mesure, ce qui est la cause des congestions que l'on ne voit que trop fréquemment se produire au service militaire.

On doit s'efforcer d'introduire le plus possible de variétés dans l'alimentation, la monotonie engendre le dégoût et ce que l'on prend avec répugnance ne profite pas. A cet effet nous estimons que notre règlement a ceci de bon en temps de paix, c'est qu'il fixe une partie de la ration en argent, ce qui permet au capitaine de varier l'ordinaire de sa troupe. Nous ne voudrions cependant pas qu'il allât plus loin et, imitant l'exemple dont l'armée italienne se trouve fort mal, qu'il fournît toute la ration en argent. Le pain et la viande sont les deux bases de l'alimentation ; il en faudra toujours et la fourniture traitée en gros par les commissaires des guerres se fera à des conditions bien plus avantageuses que si chaque capitaine faisait acheter son pain et sa viande chez le boulanger et le boucher du coin.

---

#### SOCIÉTÉ DE CAVALERIE DE LA SUISSE OCCIDENTALE.

La Société de cavalerie de la Suisse occidentale a tenu son assemblée générale à Fribourg le 28 novembre dernier. Malgré un temps défavorable, la réunion était plus nombreuse que d'habitude, l'importance des sujets à traiter ayant engagé plusieurs sociétaires à franchir d'assez grandes distances, pour répondre à l'appel du comité.

Ce dernier a constaté avec plaisir divers symptômes réjouissants