

29. III. 1917

M

## Ein neues System der Ernährung.

Nach Professor Dr. Klemens Freiherrn v. Birquet.

Im Rahmen der Vortragsveranstaltungen für die Frequentantinnen der Bildungsanstalt für Koch- und Haushaltungsschullehrerinnen in Wien finden derzeit im Vortrags- und Demonstrationssaale der Baron Birquet'schen Kinderklinik vom Dozenten Dr. Bela Schick abgehaltene Vorträge über das von Professor Baron Birquet in Vorschlag gebrachte und bereits mit bestem Erfolg erprobte neue Ernährungssystem statt, dem nicht, wie bisher, die sehr unhandliche und mannigfache Unklarheiten einschließende Kalorienzahl des Eiweiß-, Fett- und Kohlehydratgehaltes der Nahrung, sondern die Milch als Nahrungseinheit zugrunde gelegt erscheint.

Während das bisher geübte Verfahren dem nicht vollständig in die Frage Eingeweihten kein plastisches Bild des Nahrungswertes gibt, ist der Begriff der Milch so populär, daß die Summe einer Mahlzeit in Milchwert ausgedrückt, leicht verständlich ist. Wenn wir wissen, daß das Mehl fünfmal und die Butter 12mal so viel Nahrungswert in jedem Gramm haben wie die Milch, ist der Austausch gleichwertiger Speisen auch dem Laien ohne Schwierigkeit möglich. Der zweite Teil des Systems bezieht sich auf die Berechnung des für jeden einzelnen Menschen in einem Tage notwendigen Wertes der zuzuführenden Nahrung. Das geschieht in sehr einfacher Weise unter Zugrundelegung der Größe der verdauenden Fläche des Darmes und der Berücksichtigung der Arbeitsleistung und anderer Funktionen des Körpers. Verschiedene Tafeln und Maßstäbe ermöglichen die Bestimmung der Nahrungswerte ohne jede Rechnung, durch einfaches Ablesen sowie auch die Auswahl einer rationell zusammengesetzten und dabei möglichst billigen Kost.

Dieser große Vorteil gegenüber der bisherigen Art der Nährwertberechnung wird voraussichtlich in kurzer Zeit einen bedeutungsvollen Einfluß auf unser gesamtes Verköstigungswesen ausüben. Die vorbezeichneten interessanten Vorträge wurden außer den im Prüfungsstadium befindlichen Kandidatinnen für das Lehramt an Koch- und Haushaltungsschulen den Lehrkräften dieser Anstalten, ferner Leiterinnen von großen Auspeisungsstellen und schließlich auch einer beschränkten Zahl weiterer Interessenten zugänglich gemacht.