Nahrungsmitteltafeln von Dr. Täuber und F. Weber

Autor(en): **Steiner, A.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Pionier: Organ der schweizerischen permanenten Schulausstellung in Bern**

Band (Jahr): **38 (1917)**

Heft 3-4

PDF erstellt am: **28.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-266988

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Nahrungsmitteltafeln von Dr. Täuber und F. Weber.

(Verlag von K. G. Lutz, Stuttgart. Preis der 5 Tafeln (roh) Mk. 10.—.)

Die Behandlung der Zusammensetzung der Nahrungsmittel und deren Verwertung im menschlichen Körper bildet ein schwieriges Kapitel im Naturgeschichtsunterricht. Die Ableitung einiger wichtiger physiologischer und chemisch-physikalischer Gesetze (Aufbau und Abnützung der tierischen Zelle; Verbrennung; Wärme und Arbeit) in einem vorbereitenden Kapitel lässt sich nicht umgehen. Für die weitere Behandlung können dem Lehrer gut angelegte und ausgeführte Lebensmitteltabellen wertvolle Dienste leisten. Wir benützen im Kanton Bern seit vielen Jahren hauptsächlich die Zusammenstellungen von Prof. Rossel und von Prof. Schaffer. Der Verlag Lutz hat nun eine neue Serie von 5 Nahrungsmitteltabellen geschaffen, die der Referent probeweise in seinem Unterricht verwendet hat.

Tabelle I, II und III stellen die Zusammensetzung der Nahrungsmittel nach dem wagrechten Säulensystem durch Farben dar, wobei für jede Säule genügend Raum vorhanden ist und für die einzelnen Nahrungsstoffe lebhafte, sinnfällige Farben verwendet sind. Die Prozentzahlen der Nahrungsstoffe sind in die betreffenden Farben eingedruckt, während am Ende einer jeden Säule der Verbrennungswert in Kalorien angemerkt ist. Die I. Tabelle enthält hauptsächlich die Fleischsorten, die II. Tabelle andere tierische Produkte, wie Milch, Käse, Butter etc., die III. Tabelle besonders die pflanzlichen Lebensmittel. Tabelle IV und V zeigen eine Zusammenstellung von Nahrungsmitteln nach der Art der Mahlzeit: Tabelle IV für ein Mittagessen, Tabelle V für ein Nachtessen. Dabei ist hier das Säulensystem verlassen worden; die einzelnen Nahrungsmittel sind in ihrer *wirklichen Erscheinungsform* schematisch gezeichnet, z. B. die Kartoffeln als Knollen, die auf einer Schüssel liegen. Dadurch wird für den Schüler eine gewisse *Unmittelbarkeit* durch den verstärkten sinnlichen Eindruck hervorgerufen, den ich bei der Verwendung der Tabellen in meinem Unterrichte mit Genugtuung konstatiert habe. Für die Zerlegung in die Stoffgruppen sind im wesentlichen die gleichen Farben gewählt worden wie bei den Säulentabellen; es ergibt sich dabei infolge der Wahl der realen Erscheinungsform, dass z. B. ein Fisch am Schwanze aus Salzen, Eiweiss und Fett besteht, während der Vorderteil aus Wasser zusammengesetzt ist. Nach meinen Erfahrungen wissen aber die Schüler diesen Zustand

ohne weiteres richtig einzuschätzen. — Bei der Zusammenstellung für das Nachtessen sind deutsche Verhältnisse (aber *vor* dem Kriege!) berücksichtigt worden; der schweizerische Abendtisch sieht wesentlich anders aus; Lagerbier, Blutwurst und Hering sind bei uns für diese Mahlzeit nicht gebräuchlich.

Die 5 Tabellen stellen in bezug auf gute Anordnung und Sinnfälligkeit einen wesentlichen Fortschritt dar und können den Schulen zur Benützung bestens empfohlen werden.

Der Referent kann es nicht unterlassen, an dieser Stelle auf zwei Punkte hinzuweisen, die bei der Aufstellung künftiger Lebensmitteltabellen berücksichtigt werden sollten.

Die vorliegenden Tabellen enthalten bei jedem Nahrungsmittel die Anzahl der ihm innewohnenden Kalorien beigefügt; eine *Wert*vergleichung basiert demnach auf dem *Verbrennungswert.* Ein solcher Vergleich ist zu gewissen Zwecken wohl nützlich, aber einseitig. Die Nahrungsstoffe dienen einerseits dem *Aufbau und Ersatz* der Körpersubstanzen (Salze und Eiweiss) und anderseits der *Verbrennung und Arbeitsleistung* (Kohlehydrate und Fett). Nur bei Mangel der letzteren wird Eiweiss in grösserer Menge verbrannt; dagegen ist ein gewisses, noch umstrittenes tägliches Minimum von Eiweiss für den ersteren Zweck unumgänglich notwendig. Es ist deshalb unrichtig, Eiweiss nur in bezug auf Verbrennungswert den Kohlehydraten und Fetten gegenüberzustellen. Verdienstlich wäre es, eine Zusammenstellung ähnlich dem „Mittags- und Abendtisch" der vorliegenden Tabellen auszuführen, wobei aber die zwei Zwecke: Substanzersatz und Verbrennungswert, auseinandergehalten wären, also z. B. das Eiweissminimum als Fleisch- oder Eierspeisen, das nötige Verbrennungsmaterial in Form von Reis oder Mehlspeisen. Es würden dabei auch der Vorteil und die Billigkeit der *allseitig* zusammengesetzten Nahrungsmittel wie Milch, Hülsenfrüchte, magerer Käse etc. richtig hervortreten, da eben beide Ernährungsziele in diesen Nahrungsmitteln vereinigt sind.

Ferner erscheint es mir als wünschenswert, dass in zukünftigen Darstellungen in der Behandlung der *Salze* ein Unterschied zwischen *Kochsalz,* das allen Speisen in genügendem Masse leicht beigefügt werden kann, und den *anderen, selteneren und deshalb besonders gesuchten Nährsalzen,* wie z. B. den Phosphaten Kalk, gemacht wird. Wenn Fettkäse 5 %, und Hülsenfrüchte 3 % Salze enthalten, so stehen diese 3 % im Werte unvergleichlich grösser da als die 5 %, da diese letzteren nur aus Kochsalz bestehen. Dr. *A. Steiner.*