

entsprochen. Bei länger sich gleichbleibenden Zuständen ist für die nöthige Abwechslung in variirten Speisezetteln für alle Tage der Woche gesorgt, zugleich mit all den genannten Zahlenangaben, um stets dem täglichen Nahrungsbedarf hier dauernd und sicher entsprechen zu können. Um aber an keine Schablone zu fesseln, ist eine weitere Zahl ebenso berechneter Speisen beigelegt, die nach Belieben immer wieder an die Stelle anderer gesetzt werden können.

Die Grundlage für alles dies, welche wir früher am schmerzlichsten vermißten, bilden die im nächsten Abschnitt des Buches folgenden Vorschriften über die Zubereitung der Speisen, wobei die Einzelbestandtheile dieser nach den Werthen, auf die es ankommt: Eiweiß, Fett und Kohlenhydrate, sowie Nährwerth in Calorieen, eingeführt und nach culinartischer Technik zu einem in gleicher Weise berechneten Gesamteresultat zusammengefügt sind. Mittels dieses im Laufe der Jahre neu geschaffenen „Kochbuch“ kann eine verständige Ausführung und selbst mittels einiger Recepte eine Ergänzung der Diätordnungen und nach der im Kochbuch gezeigten Methode event. eine noch selbstständigere Variation nach den Erfahrungen Sachkundiger bewirkt werden.

Darin hoffen wir eigentlich auf die Mitwirkung der letzteren, und wir würden für jede einschlägige erprobte Mittheilung zu künftiger Verwendung dankbar sein. Wenn die von uns gebotene Grundlage angenommen wird, wird sie so zum Vortheil überlegter Krankenernährung erweitert werden. Und auch der strengen Wissenschaft mag sie dienen. Schon die annähernde Richtigkeit der Werthe unserer für jahrelange Anwendung geeigneten Speisezettel und Bereitungsvorschriften wird ausgiebigere wissenschaftliche Stoffwechselversuche am Menschen selbst ermöglichen. Directe Analysen unserer fertigen Speisen könnten nach und nach die Sicherheit für die Wissenschaft noch erhöhen. Für die Praxis genügt die jetzige, aus der