

Die Schulmilch : eine Quelle von Kraft und Gesundheit

Autor(en): [s.n.]

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Pestalozzi-Kalender**

Band (Jahr): **50 (1957)**

Heft [2]: **Schüler**

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-990096>

Nutzungsbedingungen

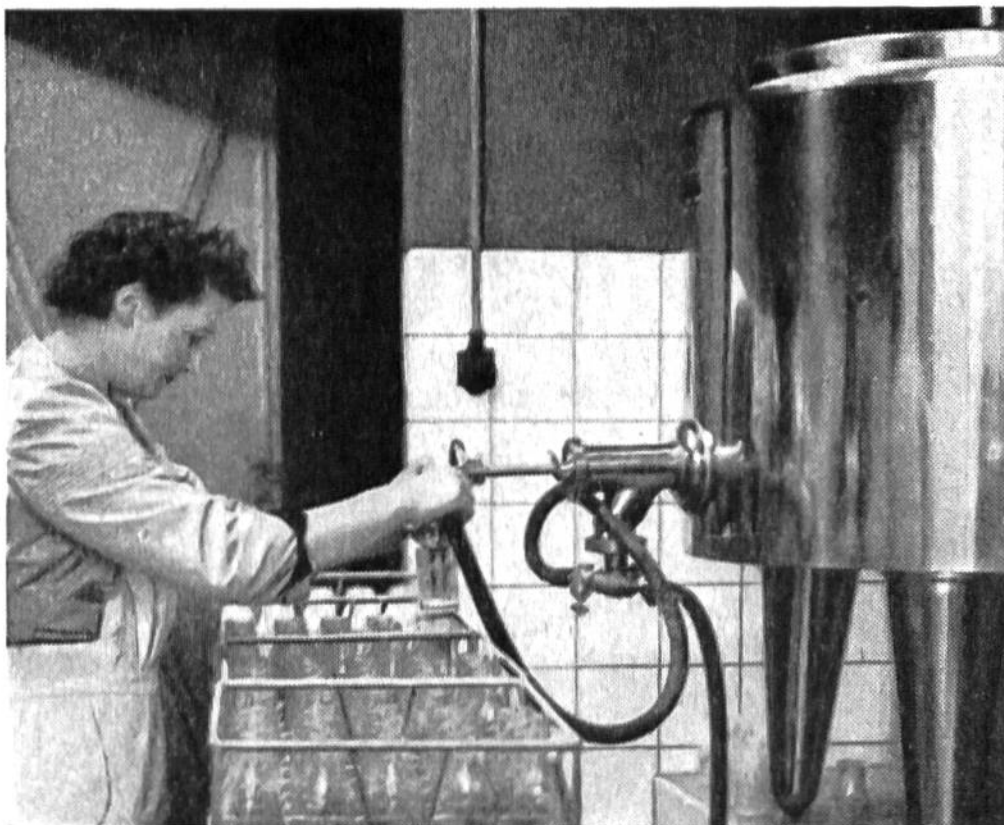
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

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.



Abfüllen der Schulumilch am Pasteurisierapparat.

DIE SCHULMILCH – EINE QUELLE VON KRAFT UND GESUNDHEIT

Neben Vollkornbrot, Obst und Gemüse gehört die Milch zu den wichtigsten Nahrungsmitteln für Kinder und Erwachsene. Nicht ohne Grund machen Ärzte und Ernährungsforscher immer wieder auf den gesundheitlichen Wert der in unserem Lande so reichlich fließenden Milch aufmerksam. Aus alter Erfahrung wissen wir, dass ohne ausreichende Milchgaben eine befriedigende Jugendentwicklung gar nicht möglich ist. Wer regelmässig sauber gewonnene und von gesunden Tieren stammende Milch trinkt, ist nicht nur gut genährt, sondern erfreut sich auch eines normalen Wachstums und einer guten Gesundheit, die sich insbesondere auf Knochen und Zähne günstig auswirkt. Von dieser Erkenntnis geleitet, führen die meisten Städte und viele grössere Ortschaften schon seit Jahren regelmässig sogenannte Schulumilchaktionen durch, wobei die Schüler in der Zünipause neben einem Bröt-



Begeistert holen Schülerinnen ihre Schulmilch ab.

chen ein Fläschchen pasteurisierter Milch erhalten. Diese regelmässig eingenommene Zwischenmahlzeit, die zu bescheidenem Preise, an bedürftige Schulkinder oft auch kostenlos, abgegeben wird, wirkt sich nach gemachten Beobachtungen ausser in einer besseren Gesundheit der Kinder auch in besseren Schulleistungen aus.

Was wir zu Hause am Familientisch oder in der Schule vorge-
setzt erhalten, ist bei uns durchwegs Kuhmilch. Milch erzeugen
jedoch nicht nur die Kühe, sondern alle Säugetiere; denn die
Milch ist die erste Nahrung ihrer Jungen. Die als Milchrassen ge-
züchteten Rinder, Ziegen und Schafe geben indessen wesentlich
mehr Milch, als sie zur Ernährung ihrer Jungen benötigen. Der
Tierhalter gewinnt diese Milch durch sorgfältiges Melken der
Euterzitzen, eine anstrengende Arbeit, die eine besondere Fertig-
keit und lange Übung erfordert. Beim Melken legt der gewissen-
hafte Melker großes Gewicht auf saubere Arbeit. In der dörflichen



Wie herrlich schmeckt die kühle Schulmilch!

Sammelstelle, wohin die frische Milch jeden Morgen und Abend in der Tase oder auf dem Milchkarren zu bestimmter Stunde gebracht wird, sorgt der Senn für exaktes Filtrieren und Kühlen dieses kostbaren Nahrungsmittels, das alsdann, soweit nicht für die eigene Kundschaft benötigt, in Vierzigliter-Kannen abgefüllt und per Auto oder Pferdefuhrwerk nach der nächsten Bahnstation rollt. Mit Hilfe kühner Seilbahnen oder besonderer Milchleitungen

ist es heute sogar möglich, schmackhafte Alpenmilch in kurzer Zeit ins Tal hinunter zu befördern und dem Konsum zugänglich zu machen (siehe die farbige Aufnahme eines Alpaufzuges nach Seite 176). Die Morgen- und Abendzüge sammeln auf allen Stationen die Konsummilch und führen sie nach der nächsten Stadtmolkerei. Gleich vom Bahnwagen aus gelangt die Milch nach nochmaliger Kühlung in große Sammeltanks, in denen sie kurze Zeit gelagert wird. In der Molkerei beziehen die Milchhändler die für die Bedienung ihrer Quartiere benötigte Milchmenge. In der Schweiz ist die Milchversorgung auch bei weit vom Produktionsgebiet entfernten Städten wie Basel und Genf so gut eingespielt, dass jeder Milchverbraucher in den Genuss frischer Milch kommt.

Die für die Schulmilchaktionen und für den flaschenweisen Verkauf bestimmte Trinkmilch durchläuft vor dem Abfüllen in Fläschchen noch einen Pasteurisierungapparat. Dieser Apparat befreit durch ganz kurze Erhitzung die Milch von allfälligen Krankheitskeimen. Die gleiche Wirkung, ohne jede Geschmacksbeeinträchtigung, hat übrigens auch ein kurzes Aufkochen der Milch

im Haushalt. – Worin liegt das Geheimnis des gesundheitlichen Wertes der Milch? Aus unserem Schema ersehen wir, daß sich die Milch aus Wasser und verschiedenen Nähr- und Ergänzungsstoffen zusammensetzt. Die Milch ist Speise und Trank zugleich. MilCHFett, Milchzucker und Milcheiweiss sind hochwertige Nährstoffe, während die in der Milch enthaltenen Mineralsalze, besonders der Kalk, und die Vitamine das Knochenwachstum und die Güte der Zähne günstig beeinflussen. Die langsam und schluckweise genossene Schulmilch ist ein wirksamer Schutz gegen Gesundheitsschäden. A. B.

1 FLÄSCHLI SCHUL- MILCH à 2 dl ENTHÄLT

in gelöster und leicht verdaulicher Form:

rund 9,5 g Milchzucker
rund 8,5 g Butter (Fett)
rund 6,5 g Eiweiss
rund 1,5 g Mineralstoffe
(Kalk, Phosphor)

dazu lebenswichtige Vitamine
und Wirkstoffe.

