Zeitschrift: Pestalozzi-Kalender
Herausgeber: Pro Juventute
Band: 50 (1957)
Heft: [2]: Schüler

Artikel: Die Schulmilch : eine Quelle von Kraft und Gesundheit
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-990096

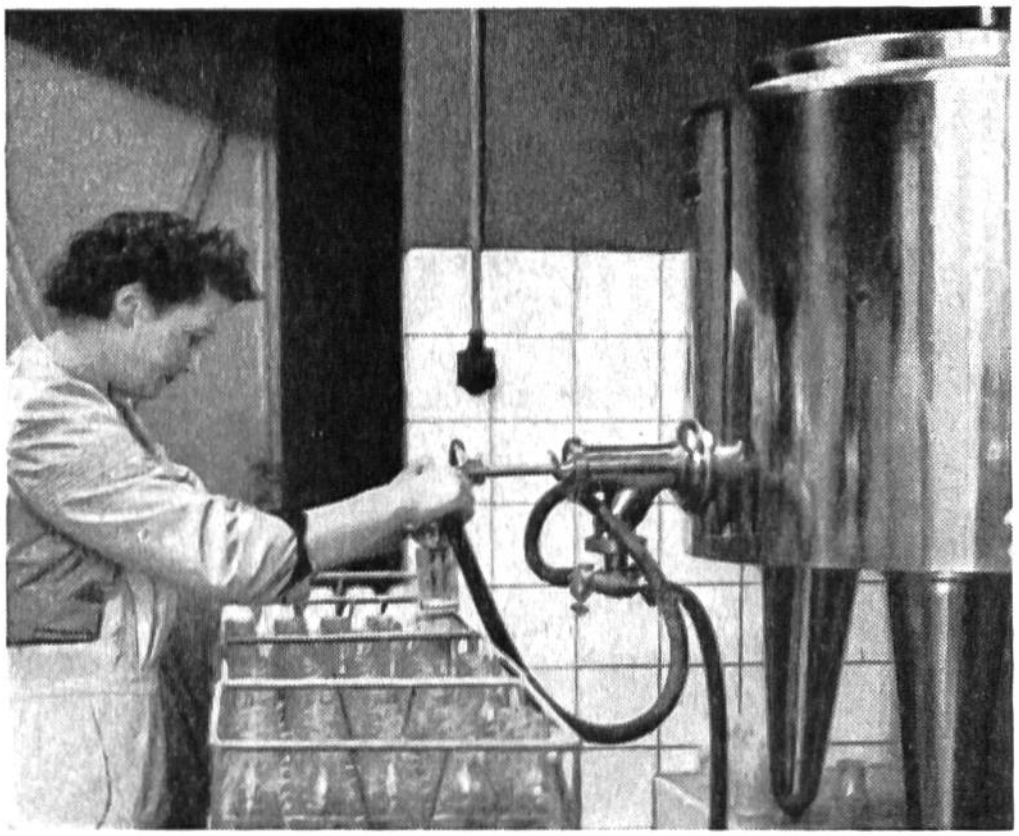
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. 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: 15.07.2025

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



Abfüllen der Schulmilch am Pasteurisierapparat.

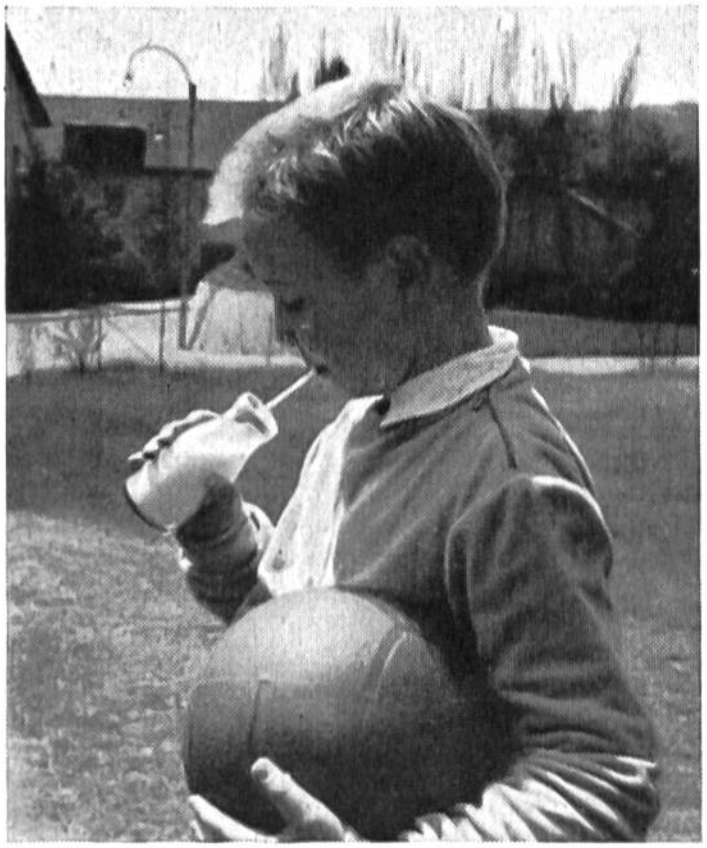
DIE SCHULMILCH – EINE QUELLE VON KRAFT UND GESUNDHEIT

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 Schulmilchaktionen durch, wobei die Schüler in der Znünipause 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 vorgesetzt 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 gezüchteten 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 Fertigkeit und lange Übung erfordert. Beim Melken legt der gewissenhafte Melker großes Gewicht auf saubere Arbeit. In der dörflichen



Wie herrlich schmeckt die kühle Schulmilch!

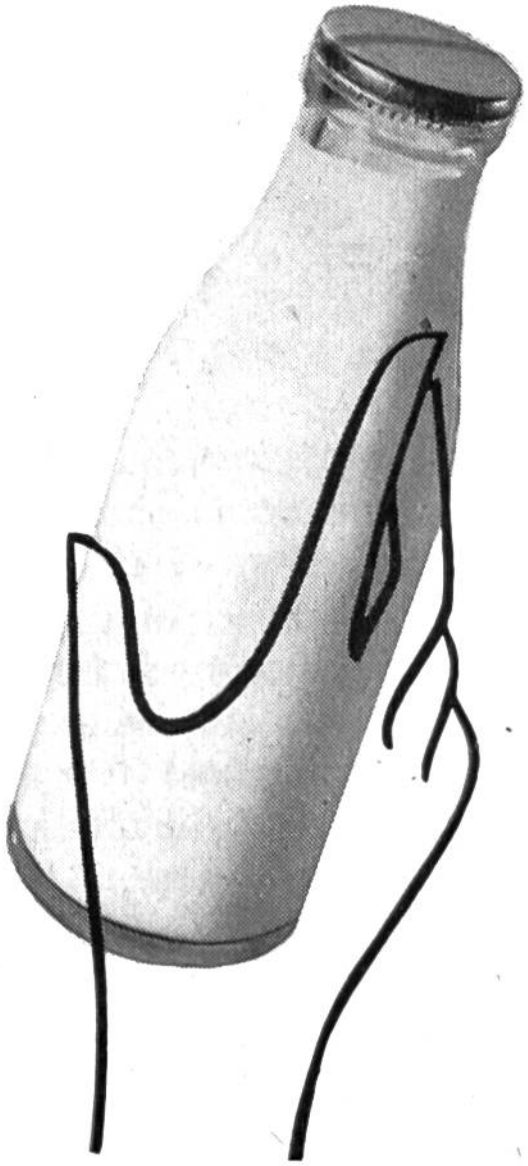
Sammelstelle, wohin die frische Milch jeden Morgen und Abend in der Tanse oder auf dem Milchkarren zu bestimmter Stunde gebracht wird, sorgt der Senn für exaktes Filtrieren und Kühlen dieses kostbaren Nahrungsmittels, das alsdann, soweit nicht für die eigene Kundschaft benötigt, in Vierzigliter-Kannen 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 Pasteurisierapparat. 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 SCHULMILCH 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.