

Terms and Conditions

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100

Suppe ist, wenn möglich, Pfeffer oder Knoblauch oder etwas Essig zuzusetzen, beim Mangel an Essig etwas kristallisierte Zitronensäure.

Bei Eintritt einer mehrtägigen Ruhe muß man auf eine leichtere Kost bedacht sein oder die schwere erheblich verringern.¹⁾ Auch ist es zweckmäßig, die Mannschaften schon am zweiten Ruhetage etwas in Bewegung zu setzen. Besonders nach vorausgegangenen großen Strapazen ist eine absolute mehrtägige Ruhe ungesund. Infolge der Anstrengungen bleibt das Hungergefühl längere Zeit rege, es wird zu viel gegessen und es treten dann Magenkrankheiten ein, so im Herbst 1870 vor Metz, im Frühjahr 1878 vor Konstantinopel.

Wasser.

Das wichtigste Nahrungsmittel ist Wasser, denn der Körper des Erwachsenen besteht zu 65 vH. aus Wasser, und es werden durch die Haut, die Lungen, Harn und Kot täglich 2 bis 3 Liter Wasser, gleich etwa 5½ Pfund, ausgeschieden. Diese müssen also

meist genügende Zeit haben werden, um Suppe, Kaffee oder Tee zu kochen.

¹⁾ Man kann die Fleisch- und auch die Brot- bezw. Zwiebackportion um ein Drittel herabsetzen.