

Nederlandsch
Tijdschrift voor
Geneeskunde

1877

Weeshuis Groes van af blz.
206.

NEDERLANDSCHE MAATSCHAPPIJ TOT BEVORDERING DER
GENEESKUNST.

DE VOLKSVOEDING IN ZEELAND.

Door den, door het Hoofdbestuur onzer *Maatschappij voor Geneeskunst* gecommitteerden Heer Dr. HAAKMA TRESLING, uitgenoodigd mij te belasten met de beschrijving der volksvoeding in het gewest mijner inwoning heb ik gemeend die opdracht te mogen aanvaarden. Ik heb daarbij overwogen dat slechts eene beschrijving maar geene beoordeeling verlangd werd. Wel moet natuurlijk het uitspreken van een oordeel over de vraag, voedt de bewoner van deze of gene streek van Nederland zich overeenkomstig de eischen der wetenschap, overeenkomstig de physiologische behoeften van een gezond volk? het einddoel van iedere beschrijving zijn, doch zal wel ieder moeten inzien, dat bij de bronnen die op het oogenblik ons daartoe ten dienste staan, bij de groote verscheidenheid in scheikundige samenstelling van de verschillende voedingsstoffen en de slordige wijs waarop daarmede in particuliere keukens wordt omgesprongen, meer dan eene onvolledige beschrijving niet kan geleverd worden, en dat zoodanige vooral bij den twijfel, die in de physiologie nog omtrent de behoefte aan voedsel van een normaal mensch bestaat, niet tot een beslist oordeel leiden kan.

De groote zwaarigheid, waarop men hier vooral stuit, is de variëteit, de verschillende leeftijd, levenswijs, gewoonten, gegoedheid enz. der individuen.

In kazernen, weeshuizen, gevangenissen en dergelijke inrigtingen, wier bewoners in leeftijd, levenswijs enz. nog al overeenkomen, gaat het veel gemakkelijker de voeding kwantitatief te bepalen. Hier houdt men er een zoogenaamd normaal-diaet op na, dat is berekent hoeveel een gezond individu aan eiwit, vet en koolhydraten omzet, berekent de hoeveelheid grondstoffen vleesch, groenten, rijst. enz. vereischt om dit quantum van ieder voedingsbeginsel te leveren, vermenigvuldigt de gevonden hoeveelheden met het aantal bewoners dat gevoed moet worden, kookt dit alles dooreen in een grooten ketel, verdeelt deze massa in even veel porties als er op personen gerekend was en dient ieder eene portie toe. Doch zelfs in deze inrigtingen gaat dit niet geheel op, zullen er altijd enkelen gevonden worden die niet genoeg hebben, anderen die voor den mast zitten. En op deze basis eene vergelijking van de voeding tusschen verschillende dergelijke inrigtingen te maken is eene zeer moeilijke en met velerlei fouten, die niet te ontgaan zijn, bedeed werk.

In de groote maatschappij gaat het in het geheel niet; niet alleen dat hier de individuen nog veel meer uiteenloopen, het voedsel, dat ieder gebruikt, wordt in eene andere keuken, van andere grondstoffen toebereid, welke laatste natuurlijk wederom in scheikundige samenstelling volstrekt niet overeenkomen.

Want wie weet als hij een stuk vleesch eet of een stuk brood, hoeveel vet en water of zemelen en water, of als hij een glas bier drinkt, hoeveel alcohol dit bevat? en hoeveel verschil bestaat er in dit opzigt niet tusschen het eene brood en het andere, tusschen het vleesch van een vet of mager rund?

Ook de statistiek geeft hier weinig licht. Gesteld eens, deze deed het feit kennen, dat in de plaatsen A. en B. beiden met evenveel bewoners in het geheel per jaar even veel vleesch geconsumeerd werd, dan is het zeer wel mogelijk dat dat vleesch in A. door honderd, in B. door tweehonderd personen wordt opgegeten, terwijl de groote massa der bewoners van beide plaatsen in het geheel geen vleesch gebruiken. De gemiddelde bewoner van beide plaatsen gebruikt dus statistisch even veel vleesch, maar feitelijk verbruikt de vleeschetende inwoner van A. gemiddeld tweemaal zooveel vleesch als die van B., een feit, dat door de statistiek volkomen geïgnoreerd wordt. Zonder de meest volledige kennis van alle factoren, die invloed op de voedingswijze op den honger (drankverbruik, tabaksrooken enz.), op de levenswijs (vasten tot religieuze doeleinden), op de loonen, op den aard der werkzaamheden (in fabrieken of in de vrije lucht) hebben kunnen, is het dus onmogelijk, zelfs bij benadering, de vraag op te lossen of de voeding in eene bepaalde streek voldoende moet geacht worden dan niet. Tot deze kennis kan eene beschrijving van de volksvoeding, van de eigenaardigheden der voeding, die men zoo hier en daar kan opmerken en die meerendeels een gevolg van oude overgeleverde gebruiken door isolement en conservatisme als een cultus door opvolgende geslachten worden geobserveerd, kan de mededeeling omtrent drankverbruik, de talrijkheid der maaltijden en de verdere punten, in het programma vermeld, stellig een niet onbelangrijk deel bijdragen. Aangenaam was het mij bij de bewerking van dit onderwerp zooveel welwillende hulp van collega's te mogen ondervinden, zooals in het volgende blijken zal.

In de eerste plaats stel ik mij dan voor, een overzicht te geven van hetgeen in Zeeland gegeten wordt — more majorum verdeel ik de spijsen in dierlijke en plantaardige — verder het drinkwater en andere tot drank dienende vloeistoffen te behandelen en eindelijk de eigenaardigheden der voeding in de verschillende districten of liever eilanden, waaruit Zeeland bestaat, van de verschillende categoriën van inwoners in het programma genoemd, mede te deelen.

Dierlijk voedsel. Hoezeer reeds vroegtijdig in Zeeland van paardenvleesch schijnt gebruik gemaakt te zijn, immers lezen wij in het *Handboek der openbare gezondsteer* van ALI COHEN, pag. 15, dat te Middelburg reeds in 1573 paardenvleesch gebruikt werd, heeft dit gebruik echter geen burgerregt; alleen wordt tegenwoordig bijna overal rundvleesch van paarden als rookvleesch gebruikt, terwijl uit Zeeland vele paarden ter consumptie naar de paardenslagterijen te Gent en Rotterdam worden uitgevoerd.

Wat het eigenlijke vleeschverbruik betreft kunnen wij, met het oog op de speciale behandeling, die dit onderdeel is toegedacht, kort zijn; alleen vermelden wij hier dat het gemiddelde vleeschverbruik in Zeeland zeer gering genoemd moet worden, bedragende dit volgens een rapport eener commissie ad hoc uit de Vereeniging van genees- en heilkundigen in Zeeland, uitgebragt in 1852, voor het voorafgaande jaar 1851 niet meer dan 70 gram per inwoner en per dag.

Het wildbraad bepaalt zich, behalve het gevogelte, hoofdzakelijk tot hazen; konijnen leverden de duingronden in Walcheren, maar vooral in Schouwen in groote hoeveelheid op, zoodat in laatstgenoemd eiland zelfs de „mindere man” zich vroeger daaraan nu en dan kon te goed doen. In de laatste jaren heeft men zich echter in eene belangrijke afname van dit voor den landbouwer zeer schadelijk gedierte mogen verheugen.

Visch wordt in Zeeland hier en daar nog al sterk geconsumeerd, doch is het ons niet mogelijk geweest dit gebruik onder cijfers te brengen.

In de hoofdstad vooral, in mindere mate in de kleinere gemeenten, wordt eene aanmerkelijke hoeveelheid zeevisch verbruikt en wordt ook al voor velen hoofdzakelijk door den uitvoer het gebruik van de meer edele vischsoorten zeldzamer, men kan toch aannemen dat er zelden een week zal voorbijgaan waarin zelfs de schamele klasse der bevolking zich niet heeft te goed kunnen doen aan visch, zij het niet altijd in verschen toestand.

Onder de vischsoorten, die vooral ter markt komen, noemen wij de rog, (*Raja clavata*), schol (*Platessa vulgaris*), schar (*Platessa flesus*), tong (*Solea vulgaris*), schelvisch en kabeljaauw (*Morrhua aeglefinus* en *vulgaris*), benevens eenige andere minder talrijk voorkomende soorten.

Schelpdieren. Een niet minder belangrijk dierlijk voedsel vinden de Zeeuwen in de schelpdieren: mosselen, krabben, garnalen en alikruiken, waarbij wij nog de oesters zouden kunnen noemen, die echter door hun hoogen prijs, f 5.— per 100, slechts als lekkernij voor meer gegoeden toegankelijk zijn. Krabben worden als snoeperij nu en dan door de armere volksklassen gegeten. Garnalen door allen die gezonde magen hebben, want het vleesch dier dieren is vet en moeilijk te verteren. Mosselen eindelijk, die bij sommige gedisponeerde of half ongestelde individuen zoo ligt indigestie met urticaria teweegbrengen, worden in het najaar en het begin van den winter nu en dan door de arbeidende klassen gebruikt en verschijnen ook nog eene enkele maal op de tafels der burgerklasse.

Melk, boter, kaas en eijeren. Bij het afschaffen der verbruiksbelastingen is het bijna onmogelijk geworden het gebruik dezer dierlijke voedingsmiddelen te contrôleren. Toen te Middelburg nog accijnsen geheven werden bleek o. a. in 1851 dat aldaar werden ingevoerd en geconsumeerd 200,000 kilo boter, bedragende 13 kilo per hoofd, en 56,000 kilo kaas.

Daarbij wordt hier en daar, o. a. in Walcheren, veel gebruik gemaakt van schapenkaas, zoo in gedroogden toestand als versch, zwemmende in de wei.

Karnemelk met boekweiten grutten, tarwebloem of gort gekookt, behoort bijna tot het dagelijksch voedsel van den landbouwer en zou in de steden stellig algemeen door de mindere standen gebruikt worden, indien het in ruimere hoeveelheden werd aangevoerd; over het algemeen is de kwaliteit der verkocht wordende karnemelk slecht en zeer zuur, wat de voornaamste reden is waarom daarvan als kindervoedsel zoo zeldzaam wordt gebruik gemaakt. Ook de kwaliteit van melk en boter laat in Zeeland veel te wenschen over. Daar de Zeeuwsche boer zich met uitzondering van enkele streken (Schouwen, Wilhelminapolder) over het algemeen weinig met vetweiderij inlaat, maar in den regel slechts zooveel vee onderhoudt als voor zijne behoefte aan mest en de consumptie van zijne omgeving noodig is, worden met veel minder

zorg de weilanden onderhouden en de boter bewerkt dan zulks b. v. in Holland het geval is. De vele ranunculacën, die veeltijds aan de weilanden een eek geel dan een groen aanschijn geven, de hoogten en laagten van het terrein, waardoor deze een verdord, gene een drassig voorkomen krijgen, werken natuurlijk ongunstig op de melkafscheiding der koeijen en neemt hierbij in aanmerking dat de Zeeuwsche boer, hoe ook aan uiterlijke godsdienstvormen gehecht, niet godsdienstig genoeg is om zijne melk zonder water, zijn boter zonder groote hoeveelheden zout dikwijls ook rundervet ter markt te brengen dan is het niet te verwonderen dat over de melk allerwege geklaagd wordt en dat vele goeode ingezetenen er de voorkeur aan geven boter in tonnen uit Holland, Delft en Leiden te laten komen dan de inheemsche wekelijks versch op de markt te koopen, te meer daar de marktprijs vooral in den winterdikwijls boven dien in de Hollandsche steden is.

Intusschen verschilt de hoedanigheid van de boter ook in verschillende streken der provincie, zoo karnt men bijv. in Walcheren slechts tweemaal, in Zuid-Beveland 3--4 maal 's weeks, in het 4de district dagelijks, zoodat hier de boter ook niet zoo slecht is als in eerstgenoemde eilanden. Eijeren worden in Zeeland niet meer of minder dan elders geconsumeerd. In Schouwen, waar op de lage drassige polderlanden ontelbare zeevogels, starren (sterna hirundo) hunne eijeren leggen, worden jaarlijks duizenden daarvan verzameld en verkocht.

Plantaardig voedsel. Grutterswaren worden vooral ten platten lande in groote hoeveelheden gebruikt, vooral de verschillende meelsoorten, de gort, minder de rijst en bijna in het geheel geen gierst.

Erwten en boonen, zoo in verschen toestand als gedroogd, worden door alle klassen der bevolking in groote hoeveelheden geconsumeerd. Van de andere groenten, koolsoorten enz., valt niets bijzonders te vermelden. Alleen mogen twee aan Zeeland eigenaardige groentensoorten hier niet met stilzwijgen worden voorbijgegaan. In de eerste plaats de zeekorraal in Schouwen en Duiveland, krabbekwaad in Zeeuwsch Vlaanderen, zouterik, door de botanici, *Salicornia herbacea* L genaamd. Dit gewas groeit op de schorren en krekken zoo lang die tijdens den vloed nog door het zee water worden besproeid. In het voorjaar en den zomer wordt het in enorme hoeveelheden verzameld en door alle standen der maatschappij in groote hoeveelheden geconsumeerd, meestal gekookt of gestoofd, soms rauw in den vorm van salade. In de tweede plaats de molsalade, de uitspruitsels van de gemeene paardebloem (*Taraxacum officinale* Wigg.), die men in het voorjaar uit de door de mollen opgehoopte aarde verzamelt alvorens zij met de buitenlucht in aanraking zijn gekomen.

Dat in Zeeland even als elders een ruim gebruik van aardappelen, vooral door de mindere klassen, gemaakt wordt spreekt van zelve, doch is het niet wel mogelijk hieromtrent betrouwbare opgaven te doen.

Water en andere dranken. Water als zoodanig wordt door de Zeeuwen weinig gedronken. Hebben de goeoden er minder behoefte aan wegens de verschillende andere dranken, die zij gewoon zijn dagelijks tot zich te nemen, bij de volksklasse bestaat er een bepaald vooroordeel tegen het gebruik van koud „rauw” water zooals zij het noemen; zij achten onze, ingewanden

niet bestand tegen de afkoeling die naar hunne meening van zoodanig drinken het gevolg moet zijn en snakt dikwijls de koortslijder naar een verfrischende teug, de bezorgde oppasster zal hem die niet anders toestaan dan na door koking van zijne frisheid te zijn beroofd. Intusschen valt het niet te ontkennen, dat, waar men, zooals in Zeeland, slechts zelden over zuiver regenwater kan beschikken, dit koken uit een prophylactisch oogpunt bepaalde voordeelen aanbiedt.

Men kan aannemen dat in Zeeland grootendeels regenwater, slechts zelden wel- of pompwater, lees: zakwater, als drank gebruikt wordt. Slechts in de aan het kanaal van Neuzen naar Gent liggende gemeenten wordt het water van dit kanaal gedronken, terwijl in sommige gedeelten van Zeeuwsch-Vlaanderen, met name de gemeente Boschkapelle, Zaamslagsche veer, Stoppeledijk, water uit sloten en open putten en weiden bij totaal gemis aan regenbakken als drank dienst doet.

Het spreekt van zelve dat in drooge zomers, ook wel in drooge winters, als het regenwater opgedronken is, in geheel Zeeland de toevlugt genomen wordt tot welwater en bij ontstentenis daarvan tot het minst ongeschikte water dat maar ergens in de buurt te vinden is.

In de groote gemeenten, waar gezondheidscommissiën bestaan, wordt natuurlijk het water van de openbare pompen van tijd tot tijd onderzocht. Voor bijzonderheden daaromtrent verwijzen wij naar de verslagen dier gezondheidscommissiën, opgenomen in de stedelijke verslagen, alsmede naar de gencoskundige plaatsbeschrijving van Zeeland, uitgegeven door het departement van Binnenlandsche zaken.

De kwaliteit van het regenwater is natuurlijk geheel afhankelijk van de wijze waarop het opgevangen en bewaard wordt. Als regel vindt men thans bij nieuw gebouwde huizen gemetselde regenbakken, ofschoon die meestal zoo klein zijn dat zij bij droogte spoedig leeggedronken zijn. Meestal echter zijn deze regenbakken onvolkomen gemetseld of getrasd, zoodat het water daarin bevat in communicatie met het grondwater staat en daar men de gewoonte heeft de privaatputten niet te trassen, maar alleen de steenen op elkander te stapelen en privaatput en regenbak dikwijls in elkanders onmiddellijke nabijheid liggen, begrijpt ieder dat in Zeeland ieder die er maar eenigzints buiten kan, het water zooveel mogelijk van zijn dagelijksch menu schraapt.

Behalve voor het klaarmaken der spijszen wordt het regenwater hoofdzakelijk gebezigd als aftreksel voor thee en koffij, van welk laatste vooral ten platten lande veel misbruik gemaakt wordt. Met de overige dranken behoeven wij ons hier niet in te laten, alleen vermelden wij dat in Zeeuwsch-Vlaanderen een zeer ruim gebruik gemaakt wordt van hier dat deels daar gebrouwen, deels uit het naburig België wordt ingevoerd.

EIGENAARDIGHEDEN DER VOEDING VAN DE VERSCHILLENDE CATEGORIËN
DER BEVOLKING IN DE VERSCHILLENDE DISTRICTEN, EILANDEN.

Zeeland, geheel uit alluvium bestaande, is het minder eigenaardig, zooals in vele andere provinciën mogelijk is een verschil te zoeken in de voedingswijze

der bewoners, naarmate zij op de klei of op het zand wonen. Meer met de plaatselijke verhouding overeenkomende is het hier onderafdeelingen te maken naar de eilanden, daar de bewoners der verschillende eilanden tot voor zeer korten tijd bijna in het geheel niet met elkander in aanraking kwamen, zoodat de voorvaderlijke gewoonten, kleeding enz. onvermengd voortbestaan konden. Vooral bij de voedingswijze der landbouwers en in het algemeen der plattelandbewoners zullen wij in dit opzicht nog al verschillen zien, terwijl bij de bewoners der steden meer overeenkomst wordt waargenomen.

Het plan van bewerking volgende behandelen wij het eerst.

C. DE VERSCHILLENDE GESTICHTEN VAN LIEFDADIGHEID.

1°. Voor gezonden in het algemeen.

MIDDELBURG. — a. *Het oude mannen- en vrouwenhuis en Armenweeshuis.* Beide gebouwen staan bij elkander en hebben eene gemeenschappelijke keuken in het eerstgenoemde gesticht. De voeding is voor jong en oud hetzelfde, behalve het ontbijt. De bevolking bedroeg op 15 Dec. 1874 84 oude mannen en vrouwen en 58 weezen. De voeding wordt berekend per ploeg van 4 personen. Ontbijt 's morgens 8 ure 1 kilo krogbrood (ongebild tarwebrood) voor de oudelui, 0.9 kilo krogbrood en rogzenbrood voor de weezen, waarbij wordt verstrekt 0.8 kilo boter en 0.8 liter koemelk; koffij of thee wordt niet verstrekt doch sommigen koopen dit zelf.

Middageten 12 ure. In den zomer Zondag en Donderdag soep, 4 hectogram soepvleesch, waarvan een vijfde beenderen, 4 hectogram rijst, 0.5 hectogram zout, groenten naar den tijd van het jaar.

Maandag en Woensdag aardappelen 5 liter, groenten voor 13 cent en 0.07 kilo boter, benevens 0.5 hectogram zout en 2 gram peper.

Dinsdag rijst 0.4 kilo en boter 0.07 kilo.

Vrijdag aardappelen 6 liter en zoutevisch 0.5 kilo, botersauce uit 0.07 kilo boter met water en meel.

Zaterdag gort 0.8 liter 0.05 kilo boter en 0.05 kilo zout.

In den winter wordt de rijstsoep van Donderdag vervangen door erwtensoep, uit spek 4 hectogram of butspot 7 hectogram met 1.1 liter erwten en uijen en specerijen bestaande.

Het middageten wordt in den winter in plaats van met boter met varkensvet toebeleid. Er worden 's winters 4 varkens geslagt, die in het gesticht gemest worden van het overschot van het middageten; de hammen worden alleen verkocht om daarvan jonge varkens voor het volgende jaar aan te schaffen.

's Winters worden de groenten met de aardappelen gemengd toebeleid; 's zomers afzonderlijk. In plaats van groenten worden soms witte boonen, 1.1 liter, gebruikt.

In het Oude Mannen- en Vrouwenhuis heeft men vijf afzonderlijke vertrekjes zoogenaamde provenierskamertjes; de bewoners betalen f 175, 's jaars en ontvangen daarvoor de algemeene voeding. Voor f 225, krijgen zij echter de voeding uit de keuken van den binnenvader, fijner brood en dagelijks vleesch.

De voeding der zieken wordt in beide gestichten door de geneesheeren afzonderlijk voorgeschreven.

Avondeten te 8 ure. Zondag, Dinsdag, Woensdag, Donderdag en Zaterdag 4 liters karnemelk met 0.5 liter gort, 0.025 kilo masteluinbrood en 0.05 kilo stroop.

Maandag en Vrijdag 4 liter karnemelk met 8 deciliter boekweitemeel, 0.05 kilo stroop en 0.025 kilo masteluinbrood.

b. *Het Burgerweeshuis*, gemiddelde bevolking 40 weezen.

's Morgens 8 ure ontbijt, bestaande, per ploeg van vier personen, uit 0.5 kilo roggebrood 0.5 kilo grof tarwebrood, 0.08 kilo boter en 0.5 liter melk.

's Middags 12 ure. Zondag: rijstsoep, bestaande uit 0.4 kilo vleesch, 0.4 kilo rijst, 0.05 kilo zout, 0.2 kilo masteluinbrood en voor 2.5 cent groenten.

Maandag en Woensdag: 6 liter aardappelen, 0.07 kilo boter, 0.05 kilo zout, 0.002 kilo peper en voor 8 centen groenten.

Dinsdag: 1 liter witteboonen of gort met 0.05 kilo boter, 0.2 liter uijen of 0.5 kilo stroop.

Donderdag: 0.4 kilo vleesch, 1 liter erwten, 0.05 kilo zout en 0.2 kilo masteluinbrood; in den zomer wordt de erwtensoep vervangen door rijstsoep als Zondag.

Vrijdag: 0.5 kilo stokvisch of zoutevisch met 6 liter aardappelen, 0.08 kilo boter, 0.05 kilo zout en 0.002 peper.

Zaterdag: 1 liter gort met 0.05 kilo boter en evenveel zout.

Het avondeten is hetzelfde als van de verpleegden in het Oudemannen- en Vrouwenhuis en Armenweeshuis.

Voor zieken wordt afzonderlijk eten voorgeschreven.

VLISSINGEN. — *Roomsch Katholiek Weeshuis* bezat in 1875 eene bevolking van 21 weezen, waarvan er zes als dienstdoden buiten het gesticht gevoed werden, terwijl zes andere zeer jonge kinderen van 3 tot 7 jaar zijn.

Ochtendeten, wordt berekend op twee tarwebrooden van 1 kilo per week en per hoofd, doch stijgt door de pasgenoemde omstandigheden de consumptie niet boven 35 tot 38 brooden 's weeks. — Boter wordt voor ontbijt en middageten 2.5 kilo per week gebruikt. 's Morgens wordt daarbij koffij gedronken, waartoe ongeveer 0.7 kilo per week verbruikt wordt.

Middageten. Zondag: soep uit 3 kilo soepvleesch, 1.7 kilo rijst en eene onbekende hoeveelheid groenten.

Maandag en Woensdag: aardappelen 0.25 hectoliter met groenten, uijen, kool enz.

Dinsdag: erwtensoep, 5 liter erwten met 0.75 kilo spek; in den zomer in plaats hiervan 3 kilo rijst.

Donderdag: aardappelen met groenten en 0.6 kilo spek.

Vrijdag: 2 kilo zoutevisch met aardappelen.

Zaterdag: zoolang de voorraad aardappelen strekt, aardappelen met groenten, in het voorjaar als deze opraken erwtensoep, evenals Dinsdag, en 's zomers bruine of witte boonen of ook wel rijst.

Het gewone avondeten te 8 ure bestaat uit boterhammen met koffij, doch wordt Dinsdag- of Donderdagavond karnemelkspap uit 12 liters karnemelk, 3 liters gort en wat stroop verstrekt.

Burgerweeshuis, de bevolking bedraagt 50 weezen.

's Morgens te 8 ure ontbijt, waartoe met het avondeten voor iederen wees

0.8 kilo brood voor twee dagen en 0.01 kilo boter per dag verstrekt wordt. Als drank wordt thee gebruikt.

's Middags 12 ure, berekend per persoon: a. gedurende de wintermaanden:

Zondag: rijst 0.025, suiker 0.02, boter 0.01 kilo.

Maandag: erwtensoep 0.275 liter erwten 0.05 kilo spek en groenten.

Dinsdag: aardappelen 1.75 liter, rundvleesch 0.25 kilo.

Woensdag: rijstsoep, rijst 0.04 kilo, gort 0.05 liter met groenten en 0.05 kilo rundvleesch.

Donderdag: aardappelen 1.75 liter, rundervet 0.03 kilo en groenten.

Vrijdag: gort 0.3 liter, boter 0.02 kilo en stroop 0.0225 kilo.

Zaterdag: aardappelen 1.75 liter, zoutevisch 0.225 kilo of rundvleesch 0.25 kilo.

b. gedurende de zomermaanden wordt 's Maandags in plaats van erwtensoep bruine boonen 0.42 liter met 0.08 kilo rundervet verstrekt.

Avondeten. Dinsdag en Vrijdag: karnemelkspap, bestaande uit 1 liter karnemelk, 0.1 liter gort en 0.03 kilo stroop; de andere avonden worden er hoterhammen gegeten.

VEERE. — In één gesticht worden de oude mannen en vrouwen en de weezen verpleegd en genieten zonder onderscheid dezelfde voeding. In December 1874 bestond de bevolking uit 16 personen.

De opgaven voor de voeding zijn voor den gansche bevolking berekend.

Ontbijt, 's morgens 8 ure: Water en melk met brood en boter. Het brood is zoogenaamd kropbrood of ongebuild tarwebrood, hiervan wordt 's wekelijks 23 brooden van 1.5 kilo, dus ongeveer 0.3 kilo per persoon en per dag, geconsumeerd.

Middageten te 12 ure. Zondag: rijstsoep, op de volgende wijze bereid: 's Zaturdags wordt een runderkop zonder tong gekookt; de bouillon en het vleesch worden na de koking in twee helften verdeeld en de eene helft bestemd voor de soep van Zondag de andere voor die van Woensdag bewaard. In de soep worden behalve specerijen nog 1 kilo rijst en 1 liter gort gekookt.

Maandag: gort met boter en stroop, 4 liter gort, 0.4 kilo boter.

Dinsdag: aardappelen met groenten en 0.4 kilo boter.

Woensdag: de bewaarde helft van den gekookten runderkop wordt met het vet uit een half kilo rundervet gebraden, met rijst en gort tot eene soep bewerkt.

Donderdag: erwtensoep waarin, behalve uijen en specerijen, 1 kilo spek en 5 liter erwten: 's zomers, in plaats van erwtensoep: aardappelen met 0.4 kilo boter.

Vrijdag: aardappelen met 2 kilo stokvisch en 0.4 boter.

Zaterdag: boekweitengrutten met karnemelk, stijf gekookt, met 0.4 kilo boter en stroop.

's Namiddags 4 ure brood met koffij.

Het avondeten bestaat 's zomers en 's winters uit karnemelkspap met gort 2 liter — of met grutten en meel van ieder 1 liter.

Armengesticht te Serooskerke. Dit gesticht wijkt in zooverre van de meeste op dorpen bestaande armbuizen af, dat het onder beheer staat van eene inwonende bestuurderes, die voor de menage der bewoners zorgt; meestal zijn er vijf bewoners.

's Morgens te 7 ure brood met boter of vet met thee; te 10 ure koffij met melk-

's Middags 12 ure aardappelen met boter of reuzel; Dinsdags rijst. Door de duurte van boonen en erwten worden die thans niet gebruikt; vroeger at men eens in de week boonen, eenmaal erwtensoep, eens rijst en de overige dagen aardappelen; 's namiddags 4 ure koffij met melk, waarbij het brood, van het ontbijt overgebleven, opgegeten wordt; 's avonds 7 ure karnemelkspap met gort.

In het geheel wordt per hoofd en per dag geconsumeerd 350 gram brood 14 boter en 25 vet.

ZIERIKZEE. — *Burgerweeshuis.* Bevolking 30 personen.

's Morgens 8 ure: 16 kilo tarwe- en 8 kilo roggebrood met water en melk.

's Middags 12 ure: Maandag: 45 liter aardappelen met 5 kilo spek.

Dinsdag: 45 liter aardappelen met groenten en 9 kilo rundvleesch.

Woensdag: rijstsoep met sellerie van 5 kilo rijst, 10 kilo beenderen en 4 kilo tarwebrood.

Donderdag, als Dinsdag.

Vrijdag: gruttenbrij van 10 liter grutten, 3 emmers karnemelk, 2 kilo stroop en 1 kilo boter.

Zaterdag: 45 liter aardappelen, 8 kilo zoutevisch of stokvisch en 1 kilo boter.

's Avonds 8 ure: pap van 3 emmers karnemelk en 5 kilo gort.

Zondags middag soep uit rijst 5 kilo, 10 kilo runderbeenderen en 4 kilo brood, doch wordt Zondags avonds, als de kinderen uit geweest zijn, geen avondeten verstrekt.

Wekelijks wordt bij het brood 7 kilo boter geconsumeerd dus 33 gram per dag en per hoofd.

's Morgens 11 ure en 's avonds 6 ure wordt nog koffij gedronken.

Gesticht der Hervormde Diakonie. 's Morgens 8 ure: ontbijt met thee waarbij afwisselend uitsluitend roggebrood 3.5 hectogram, of tarwe en roggebrood te zamen, of enkel tarwebrood 2.5 hectogram met boter verstrekt wordt.

's Middags 12 ure: driemaal in de week hutspot uit aardappelen met groenten en spek of vleeschnat, eens per week gort met gebraden spek, eens rijst met boter en suiker, eens erwtensoep met spek.

's Zondags: soep uit rijst en groenten met runderbeenderen.

's Avonds: karnemelkspap met gort gekookt en met stroop.

's Morgens 11 en 's avonds 5 ure wordt koffij gedronken.

R. K. Armengesticht. de voeding komt geheel met het protestantsche gesticht overeen, alleen wordt op vastendagen visch, stokvisch of zoutevisch ook wel scharren of bokking verstrekt.

GOES. — *Burgerweeshuis* bevolking 45 kinderen; ontbijt 's morgens 8 ure.

Kropbrood 3.2 kilo per kind en per week met water en melk, 4 liters melk voor 45 kinderen per dag en 0.8 kilo boter.

middageten 12 ure: Zondag 12 liters bruine boonen met 1 kilo runder- of spekvat.

Maandag: 9 liters groene erwten, 6 kilo spek en 6 kilo brood tot soep bewerkt.

Dinsdag: 65 liters aardappelen met eene veranderlijke hoeveelheid groenten gewoonlijk voor 70 tot 80 cents en 1 kilo vet.

Woensdag: 70 liters aardappelen met 13 kilo rundvleesch of 6.5 kilo ham of varkensvleesch en 1 kilo vet.

Donderdag: 6 kilo gort 1.5 kilo stroop en 1 kilo boter.

Vrijdag: 70 liter aardappelen met 1 kilo boter en 9 kilo zoute- of 5 kilo stokvisch.

Zaterdag: 6.5 kilo rijst, 1 kilo boter.

Avondeten gedurende de geheele week: 38 liters karnemelk met 4.5 liters gort.

THOEN. — *Oude Mannen- en Vrouwen gesticht van de Ned. Hervormde Gemeente.* De bevolking bedraagt meestal elf.

Ontbijt: tarwe- en roggebrood met boter, en thee met melk.

Middageten: eenmaal 's weeks erwtensoep, eenmaal bruine boonen, de anderen middagen aardappelen met spek of worst, ook wel eens zuurkool knollen of wortelen doch nooit peulgroenten.

Avondeten evenals het ontbijt; doch eenmaal 's weeks karnemelkspap.

's Morgens om elf en 's namiddags om 5 ure wordt koffij met melk gedronken.

Het brood wordt uit drie deelen tarwe- en twee deelen roggemeel gebakken.

HULST. — *Gesticht tot opname van ouden van dagen en gebrekkigen benevens weeskinderen*, uitsluitend R. Katholieken. In 1875 bedroeg de bevolking 59; onder toezigt van regenten wordt dit gesticht door zusters van liefdadigheid bestuurd met een superieure die den titel van moeder voert; de voedingswijze is de volgende: 's morgens 6 uur vóór de mis, koffij of water met melk, naar verkiezing; na de mis boterhammen met koffij.

's Namiddags 1 ure: Maandag, Dinsdag, Woensdag en Donderdag eerst groentesoep waarin rijst gekookt is, daarna aardappelen met groenten en spek, Vrijdag en Zaterdag en op andere vastendagen: erwtensoep zonder vleesch of spek, daarna aardappelen met stokvisch of mosselen of gebakken bokking. Zondags wordt er bij het middageten een glas bier verstrekt.

's Namiddags 4 uur worden botterhammen met koffij gebruikt.

's Avonds eerst karnemelkspap met stroop, daarna boterhammen.

De broodsoort is ongebuild tarwebrood.

Overigens bestaan in Zeeland geene gestichten van liefdadigheid voor gezonden, ten ware men daartoe de op de meeste dorpen aanwezige armhuizen wilde rekenen, doch doen de niet talrijke bewoners dezer huizen eigen menage en genieten alleen vrije woning soms nog bovendien bedeeling in geld. Hunne voeding komt dan ook zeer nabij aan die der boerenarbeiders.

2°. Voor zieken in het bijzonder

Het Gasthuis te Middelburg. Een fraai voor eenige jaren nieuw gebouwd en goed ingericht ziekenhuis, waarin de zieken in zalen met 8 bedden voor f 0.75 daags of in afzonderlijke vertrekken voor f 1. f 1.50 of f 2. daags verpleegd worden.

De bevolking bedraagt in den regel 45 tot 50 zieken, 6 oppassers en 10 bedienden.

a. Voeding der verpleegden op de algemeene zieke-zalen, berekend per ploeg van 4 personen, ontbijt: tarwebrood met 0.07 kilo boter en 0.5 liter melk; koffij en thee worden niet verstrekt doch levert de zieke vader of moeder die voor eigen rekening tegen betaling van f 0.25 's weeks per persoon.

Middageten: Zondag Dinsdag, en Donderdag, soep waarin soepvleesch en rijst van ieder 0.4 kilo, zout 0.05 kilo, peper 0.0015 kilo, benevens voor 3.5 cent groenten.

Maandag: gort 0.8 liter, boter 0.07 kilo en stroop en zout van ieder 0.05 kilo.

Woensdag en Vrijdag: aardappelen 4 liter met boter 0.1 kilo, zout 0.05 kilo en voor 13 cent groenten.

Zaterdag: aardappelen 4 liter met 0.15 kilo boter en 0.05 zout

Avondeten: Maandag en vrijdag karnemelk 3.5 liter, boekweitmeel 0.6 liter, stroop 0.05 kilo: de overige dagen karnemelk 3.5 liter met 0.5 liter gort en 0.05 kilo stroop.

b. Voeding der verpleegden in afzonderlijke vertrekken

De klasse van f 1.— geniet dezelfde voeding als de verpleegden op de algemeene zalen.

De klasse van f 1.50 heeft 's morgens ontbijt met koffij of thee, te 11 ure koffij en te 2 ure middagmaal, bestaande uit vleesch, groenten en aardappelen, 's avonds wederom een boterham of bij verkiezing pap.

Weinig hiervan verschilt de voeding in de 1ste klasse, die f 2.— per dag betaalt.

Wordt extra spijs, wijn, bouillon enz. voorgeschreven dan wordt zulks zonder nabetaling verstrekt.

Voeding der bedienden, per ploeg van 4 personen.

Ontbijt 1 kilo tarwebrood, 1 hectogram boter en een halve liter melk.

Middageten: Zondag en Donderdag soep, bestaande uit 0.8 kilo vleesch, 0.40 kilo rijst, voor 2.5 cent groenten, 50 gram zout en 1.5 gram peper.

Maandag, Dinsdag, Woensdag en Zaterdag: vleesch 1 kilo, aardappelen 4 liter, groenten voor f 0.12, boter 150 gram, zout 50, peper 1.5 gram.

Vrijdag: visch met aardappelen, namelijk stokvisch of zoutevisch 0.8 kilo, aardappelen 6 liter, een 4de kilo boter, 50 gram zout en 1.5 gram peper.

Avondeten: Zondag, Maandag, Woensdag, Donderdag en Zaterdag als het ontbijt.

Dinsdag: karnemelkspap uit 3 liters karnemelk 0.5 liter gort en 1 hectogram stroop. Vrijdag dezelfde pap doch in plaats van gort met 1 liter boekweitmeel.

Bovendien wordt dagelijks per ploeg f 0.32 besteed voor koffij, thee en drank.

VLISSINGEN. — *Het Gasthuis.* Dit gebouw bestaande uit verschillende naast elkander gelegene en onderling in communicatie staande huizen is ingerigt voor stedelijk ziekenhuis en oude mannen en vrouwenhuis, bovendien worden er tegen eene in eens te betalen som proveniers opgenomen. De bevolking bedraagt 125 à 130 personen.

Ontbijt te 8 ure: driemaal 's weeks ontvangt ieder persoon 1 grof tarwebrood van 0.8 kilo en eens in de week 0.25 kilo boter.

In dit gesticht waar het aantal, de leeftijd, de eelust der bewoners aan groote.

variaties onderhevig zijn, worden geene bepaalde rantsoenen uitgedeeld, maar alles aan de bijzondere prudentie van Directeur en Directrice overgelaten. Steeds wordt er zooveel gekookt dat er ruim genoeg is. Te twaalf uur wordt gegeten.

Zondag: 18 kilo rijst, 1.8 kilo boter, 27 kilo stroop.

Maandag, in den winter, erwtensoep, 38 liters erwten, 6.5 kilo spek, en in den zomer 43 liters bruine boonen met 3.2 kilo reuzel.

Dinsdag: aardappelen met vleesch, er worden dan 34 kilo soepvleesch afgekookt en de bouillon en beenderen bewaard voor de soep van den volgenden dag. Dienzelfden dag wordt het vleesch met 1.7 hectoliter aardappelen gegeten.

Woensdag: de bouillon van den vorigen dag met 8 kilo rijst en voor f 0.25 groenten tot soep.

Donderdag: aardappelen 1.7 hectoliters met botersauce van 1.8 kilo boter en groenten; 's winters veelal met 25 kilo zuurkool en 3.2 kilo reuzel.

Vrijdag: gort 28 liter met 1.8 kilo boter en 2.7 kilo stroop.

Zaterdag: aardappelen met boter, des zomers ook wel met zoutevisch 0.7 kilo per persoon, 's avonds wordt een boterham met koffij gebruikt en Dinsdag en Vrijdag karnemelkspap, uit 125 liter karnemelk en 13 liter gort.

De proveniers krijgen per week 150 gram boter meer dan de anderen. In enkele gevallen wordt het dezen toegestaan eigen menage te doen.

Goss. — *Gasthuis.* Telt gemiddeld ongeveer 63 bewoners waaronder enkele proveniers die zich voor den duur van hun leven tegen een vast tarief verkopen en als zij de veranderde levenswijs in de eerste twee jaren te boven komen in den regel zeer oud worden. De voeding wordt gedeeltelijk als gereed gemaakte spijs, gedeeltelijk in naturalia voor de gansche week verstrekt.

Ontbijt: 's morgens te 8 ure met koffij en melk, brood en boter; ieder bewoner krijgt gemiddeld daarvoor per dag 3.25 hectogram tarwebrood, waarvan echter een gedeelte voor den namiddagboterham bewaard wordt.

Te 12 ure wordt gemiddagmaald en bestaat dit des Zondags uit soep waarin rijst, groenten en krachtig vleeschnat.

's Maandags: aardappelen met groenten.

Dinsdag: stijf gekookte rijst met boter en suiker of rijstebrij.

Woensdag: wederom, aardappelen met groenten.

Donderdag: aardappelen met groenten of bruine boonen of erwtensoep.

Vrijdag: aardappelen met zoutevisch of stokvisch.

Zaterdag: aardappelen met groenten.

Te 8 ure 's avonds wordt karnemelkspap gegeten, waarin gort.

Uit de door mij verkregen opgaven blijkt dat ieder inwoner per dag ontvangt 0.325 kilo kropbrood, 0.062 kilo rundvleesch, 0.020 kilo varkensvleesch 0.024 kilo rijst, 0.047 kilo gort, 0.013 kilo zoutevisch en 0.003 kilo stokvisch en 0.4 liter karnemelk, 0.14 liter zoetemelk en 7 liters aardappelen, bovendien koffij en cichorei, zout, groenten enz. enz.

ZIERIKZEE. — *Gasthuis* reeds beschreven onder C. 1 zijnde dit een gemengd gesticht, waarin de weinige zieken, die te Zierikzee niet a domicile worden behandeld, worden opg enomen.

De voor deze gestichten opgenoemde spijzen zullen den lezer vermoedelijk weinig belang inboezemen; althans is uit die opsomming geenerlei conclusie omtrent de meerdere of mindere absolute of relatieve doelmatigheid der verschillende voedingswijzen mogelijk. Ik heb daarom voor vier gestichten voor gezonden, waarvan ik naauwkeurige cijfers gekregen had, door berekening van het gehalte aan enkelvoudige voedingsbeginselen der gebruikte spijzen eene vergelijking onderling en met het „normaal diaet” mogelijk gemaakt. Ik gebruikte daartoe de door KÖNIG (*Zeitschrift für Biologie*, 1876, p. 497) gegeven lijsten van de zamenstelling der verschillende voedingsstoffen. Van het op die lijsten niet voorkomende spek nam ik aan dat dit voor de helft uit reuzel voor de andere helft uit varkensvleesch bestond.

I. OUDE MANNEN- EN VROUWENHUIS EN ARMEN-WEESHUIS TE MIDDELBURG.

Dagen.	Eiwit.		Vet.		Koolhydraten.	
Zondag	64.5		30.7		269	
Maandag	56.5		43		354	
Dinsdag	48.5		43.5		269	
Woensdag	56.5		43		354	
Donderdag	64.5	116.6	30.5	69.7	269	271
Vrijdag	80.5		43		387	
Zaterdag	50		37		280	
Gemiddeld	60	68	38	46	312	314

De tweede kolom, waarin alleen voor Donderdag ingevuld is heeft betrekking op het winterdiaet: Donderdag erwtensoep.

II. BURGERWEESHUIS TE MIDDELBURG.

Dagen.	Eiwit.		Vet.		Koolhydraten.	
Zondag	69.3		28.2		297	
Maandag	57.3		38.2		383	
Dinsdag	47.8	73.3	23.2		291	273
Woensdag	57.3		38.2		383	
Donderdag	69.3	69.3	28.2		299	
Vrijdag	78.8	155.8	40.2		383	
Zaterdag	47.3		33.7		291	
Gemiddeld	60.9	79.5	32.7		332	330

In de eerste kolom is het minimum namelijk Dinsdag gort, Donderdag rijstsoep, Vrijdag zoutevisch — in de tweede het maximum respectievelijk witte boonen, erwtensoep en stokvisch berekend.

III. BURGERWEESHUIS TE VLISSINGEN.

Dagen.	Eiwit.		Vet.		Koolhydraten.	
Zondag	47	101.1	10	47	468	425
Maandag	77.1		46		356	
Dinsdag	99.6		19		456	
Woensdag	45		11.5		314	
Donderdag	49.6		39		456	
Vrijdag	44.5	99.6	29	21.5	424	
Zaterdag	87.5		9		456	
Gemiddeld	64.3	69.5	23.3	25.3	419	428

In de eerste kolom werd 's Maandags erwtensoep, 's Zaturdags zoutevisch, in de tweede respectievelijk bruine boonen en vleesch berekend.

IV. BURGERWEESHUIS TE GOES.

Dagen.	Eiwit.		Vet.		Koolhydraten.	
Zondag	81.5	97.3	34.5	28.5	369	404
Maandag	90.7		90		405	
Dinsdag	58.3		34.5		434	
Woensdag	78.3		57.5		444	
Donderdag	51.3		43.7		363	
Vrijdag	37.8	131.3	32.5	42.5	144	
Zaterdag	51.3		32.5		372	
Gemiddeld	71.3	80.2	46.5	42.5	404	

Het minimum voor varkensvleesch en zoutevisch, het maximum voor rundvleesch en stokvisch berekend.

De gemiddelden uit deze maxima en minima geven de volgende cijfers, die tot approximatieve vergelijking van de voeding in 4 genoemde gestichten kan dienen.

	Eiwit.	Vet.	Koolhydraten.
Armen-Weeshuis L.	64	42	313
Burgerweeshuis.	70.2	32.7	331
Dito te Vlissingen.	66.9	24.3	423
Dito te Goes.	75.7	44.5	404

Uit deze tabel blijkt dat de voeding in het Weeshuis te Goes het ruimst is. In welk dezer vier gestichten zij het beste, het meest overeenkomstig de eischen der physiologie is, is eene andere kwestie die niet zoo gemakkelijk te beantwoorden valt. Immers is in de eerste plaats de hoeveelheid voedsel, die een organisme behoeft om in stand te blijven (in casu om te groeijen) afhankelijk van de oogenblikkelijke hoeveelheid circulatie eiwit maar bovendien geven verschillende physiologen, verschillende cijfers op voor de behoeften van een normaal individu.

Terwijl Prof. DONDEBS in zijne voedingsbeginselen 1 ons eiwit, nog iets meer vet en 4 oncen koolhydraten, als tot een gezond en krachtvol leven vereischt, vermeldt, spreekt VOIT van 118 gram eiwit 56 gram vet en 500 gram stijfsel en VIERORDT van 120 gram eiwit 90 gram vet en 330 zetmeel. Dit verschil van opinie der physiologen is niet te verwonderen als met bedenkt dat de gewone wijze waarop die cijfers verkregen zijn, deze is: men berekent naauwkeurig alle enkellevende menschen in kazernen, gevangenissen, phalanstères enz. bevat en deelt de som hiervan door het aantal; men verkrijgt zodoende een gemiddelde dat echter bij iedere verzameling menschen anders zal uitvallen. VOIT, die den omgekeerden weg insloeg, plaatste een gezonden arbeider in zijn respiratietoestel en berekende uit de hoeveelheid ureum en koolzuur door dien arbeider in 24 uren. Doch ook hier hangt alles af van de individualiteit en vooral van de hoeveelheid circulatie-eiwit, die het individu op het moment der proef bezit.

Beide wijzen om het normaaldietaet vast te stellen, kunnen overigens ook geene gelijke resultaten leveren zoolang de eerste geen rekening houdt met hetgeen wel gegeten maar niet verteerd is en de tweede de faeces buiten rekening laat. Talrijke onderzoekingen hebben toch geleerd dat van de meeste spijsen slechts een deel verteerd, een kleiner of grooter gedeelte echter onverteerd met de faeces geelimineerd wordt. Dit laatste kan eigenlijk niet meêgerekend worden. Zoo weten wij dat een gezond individu van roggebrood slechts 78 pCt. van de stikstof, van groenten 53 pCt. kan verteren, terwijl 22 pCt. resp. 47 pCt. onverteerd blijft.

Uit het bovenstaande blijkt mijne meening dat het woord „normaaldietaet” eigenlijk eene utopie is; dat men wel kan vinden het gemiddelde van de hoeveelheid spijsen, die een zoo groot mogelijk aantal menschen met een gevoel van bevredigden honger dagelijks tot zich neemt, maar dat dit gemiddelde niet overdraagbaar is op een ander getal menschen die onder andere verhoudingen leven en vooral niet op eenig individu.

De bewoners van onze gestichten gebruiken allen veel minder dan door de physiologen noodzakelijk geacht wordt. Niettemin zijn zij verzadigd en gezond. Nu is het waar dat het allen weeshuizen zijn, dus niet-volwassenen betreft, maar is het niet uitgemaakt hee veel minder eiwit, vet en koolhydraten, in hun groei verkeerende aankomende jongelieden behoeven. Volwassen volkomen gezonde individuen worden ook in Zeeland krachtiger gevoed. Immers als men de voeding van het dienstpersioneel in het gasthuis te Middelburg berekent, blijkt dat deze ontvangen:

	Eiwit.		Vet.	Koolhydraat.
Zondag	97.5		63	391
Maandag	102.9		85	444
Dinsdag	94		59.5	342
Woensdag	112.9		85	444
Donderdag	97.5		63	391
Vrijdag	102.8	224.8	88.5	527
Zaterdag	112.9		85	444
Gemiddeld	104.6	(121.3)	75.5	426
Gemiddeld	113.2		75.5	426

dus veel meer dan de bewoners der verschillende Weeshuizen en ongeveer evenveel als de door VOIT gevondene cijfers.

Eene andere vraag, die wij ons gesteld hebben, is deze: is er in de voeding onzer weezen eene andere verhouding tusschen stikstofhoudende en stikstofvrije voedingsstoffen dan in die van volwassenen. De physiologen nemen aan dat die verhouding moet zijn als 1 : 3.5. Bij het zoeven genoemde dienstpersioneel in het gasthuis te Middelburg was die verhouding 1 : 4.5, dus grooter. Men zou bij de weeskinderen die groeijen, dus vleesch aanzetten, dat is circulatie-tot orgaaneiwit moeten vormen, insgelijks eene grootere hoeveelheid N. vrije stoffen in het voedsel mogen verwachten, die er dan ook werkelijk in is, immers staan de N. houdende tot de N. vrije spijsen in het

- Armen-Weeshuis Middelburg als 1 : 5.5
- Burgerwvceshuis dito als 1 : 5
- " " Vlissingen als 1 : 7.5
- " " Goes als 1 : 6.5

Het is ons echter onmogelijk uit te maken welke verhouding het beste aan het doel beantwoordt.

Men mag bij ontstentenis van bewijzen voor het tegendeel aannemen dat het vooral bij niet te rijkelijke voeding in gestichten als de vier door ons behandelde van belang is, dat de voeding zoo gelijkmatig mogelijk zij; vooral geldt dit voor de stikstofhoudende bestanddeelen, dat is, dat, als men ieder individu b.v. 70 gram eiwit per week toestaat daarvan iederen dag 1/7, deel dus 10 gram en niet den eenen dag veel meer dan den volgenden genoten wordt. In dit opzigt is er nog al iets op de voeding in de hier bedoelde Weeshuizen aan te merken, zooals uit de op pag. 207—8 gegeven staatjes blijkt. Meermalen komt het voor dat het eiwitgehalte van het voedsel, vooral op Vrijdag, het twee-ja driedubbele van den vorigen of volgenden dag bedraagt. Nu moge het in een zeker opzigt nuttig zijn dat de wees die later in de maatschappij een misschien nog veel onregelmatiger regime krijgen moet, zich reeds in zijne jeugd daaraan went, doch zal ieder, die met de jongste physiologische onderzoekingen omtrent de stofwisseling bekend is begrijpen dat dit niet de manier is om met zoo weinig mogelijk onkosten zooveel mogelijk te voeden.

E. DE PLATTELANDSBEVOLKING.

Vooral bij deze klasse van inwoners is het van belang onderscheid te maken tusschen de verschillende eilanden waaruit Zeeland bestaat, immers zijn het juist de landlieden die minst met vreemdelingen in contact gekomen, het zuiverst de voorvaderlijke gewoonten en levenswijze hebben bewaard, ofschoon het daarstellen van spoorwegverbindingen en in het algemeen de betere en goedkoopere communicatiemiddelen tusschen de verschillende eilanden gelukkig reeds geduchte vijanden van het esprit de clocher blijken te zijn.

WALCHEREN, heeft bij eene grootte van 20,600 H. A. eene bevolking van 42,000 zielen, waarvan 16,000 en 10,000 de steden Middelburg en Vlissingen bewonen, terwijl de overigen in 17 kleinere gemeenten door mij tot het platteland gerekend, verdeeld zijn. Het bestaat uit zwaren kleigrond tot bouwland en weiland gebezigd. Bovendien hebben de twee steden enkele fabrieken en eenigen handel. In een paar gemeenten wordt visscherij gedreven.

1°. de landbouwers en hun dienstpersioneel voeden zich, even als in het overige Zeeland, uit één pot en aan één tafel, meestal zelfs uit één schotel, die midden op de tafel geplaatst wordt. Ieder aanzittende heeft zijn eigen vork, bij eenigzints beschaafde boeren ook zijn eigen bord, en pikt nu met die vork de spijsen om die eerst op zijn bord fijn te maken en met saus te besproeijen, of hij gemis van een bord direct in den mond te steken; in het laatste geval wordt dat sausen in een gemeenschappelijk potje verrigt. Bij ontbijt enz. wordt zelden gebruik gemaakt van borden, maar wordt de blank geschuurde tafel als bord gebruikt.

Ontbijt, naar het jaargetijde te 5, 5.5 of 7 uur 's morgens: tarwebrood met boter, reuzel of smeer (spekvet met stroop) ook wel met koud gekookt of gebakken spek. Voor drank koffij of thee, beiden natuurlijk zeer slap, doch tracht men dikwijls de slappe thee wat pikanter te maken door toevoeging van foelie of kruidnagelen. In den zomer wordt hierbij dikwijls versche of gedroogde schapenkaas (door lech gestolde schapenmelk) genuttigd, terwijl andere kaassoorten zelden op zijne tafel worden aangetroffen. Het brood wordt eens per week altijd aan huis geknred, meestal ook zelf gebakken; het wordt uit gezift tarwemeel met karnemelk, zout en gist bereid.

In den voormiddag 10 à 11 ure wordt koffij, meestal met cichorei vermengd, gedronken met melk en een babbelaar, in den zomer als men vroeg ontbeten heeft, wordt hierbij nog weleens een hoterhanu gegeten.

Nog moet hierbij opgemerkt worden, dat hoter bij de Walchersche landbouwer weinig gebruikt wordt, daar het voordeeliger is die te verkoopen en door reuzel, dat beter uitsmeert, te vervangen, en dat hij insgelijks uit zuinigheid dikwijls zijne goede aardappelen verkoopt en de slechte zelf opeet.

Middageten te 12 ure. In den regel aardappelen, waarbij 's winters gebruikt wordt hutspot, krippen of worst van varkensvleesch, alles gezouten; 's zomers versch schapen- of rundvleesch, meest gestoofd; bij minder hemiddelden gebakken spek. Als groente wordt in den zomer bijna alleen salade gebruikt; 's winters, ook gebraden appelen of peren, kool, rapen, uijen, wortelen, enz., eene enkele maal erwtensoenp zonder groenten met vet spek er in, hetwelk dan na de soep met brood gegeten wordt. In het voorjaar, als de aardappelen

op geraken en minder goed van smaak worden, eet men nu en dan pap van zoetemelk met rijst of tarwebloem met suiker, ook wel brij van boekweitemeel met boter en stroop of suiker, pannekoeken met of zonder spek, bij velen eens per week of vetbollen met krenten. In den zomer wordt Zondags middags bij de aardappelen boter en eijeren of stokvisch, zoute of gedroogde visch gebruikt en 's winters worst of vleesch.

Na den middag vindt men in den regel te 2 of half 3 ure thee op tafel, met babbelaars of bij bijzondere gelegenheden met stukjes kandij; te 4 of 5 ure wederom koffij met een boterham.

Avondeten 8 of 9 ure. Dit bestaat wederom uit brood met spek en vleesch of alleen met boter of reuzel besmeerd en thee. Vroeger was het gebruik van karnemelkspap regel, doch geraakt dit meer en meer in onbruik. Sommigen gebruiken nog weleens een bordje karnemelkspap na de avondboterham als toespijs. 's Winters wordt bij velen de namiddagboterham met het avondeten gecombineerd en te zes ure voor goed gegeten, anderen volgen zomer en winter denzelfden regel.

2°. De boerenarbeider en zijn gezin leeft, waar het verdiende loon goed besteed wordt, ongeveer als de landbouwer, er is dan spek in de kuip, vet bij het middageten, en ook bij de boterhammen. Het brood is ook volkomen gelijk aan het door den landbouwer bereide.

Ontbijt 'smorgens te 7 à 8 ure: brood met boter, spekvet, stroopvet of reuzel, doch meest boter, ook wel aardappelen gestoofd met boter of vet, als drank slappe koffij of thee. Middageten 12 ure: aardappelen bij goed oppassende arbeiders met spek of hutsot, bij anderen of die te veel kinderen hebben met Amerikaansche reuzel. Ook wordt als er een ziek rund gestorven is dikwijls vleesch daarvan bij het middagmaal gegeten, des zomers hierbij een schotel salade met azijn en vet of boomolie. Des Zondags bijna als algemeene regel gezoute, gedroogde of versche visch met boter en water, te half vijf wordt des zomers een boterham met koffij gegeten doch in den winter de boterham gesupprimeerd en wat vroeger het avondeten gebruikt,

's Avonds 8 à 9 ure — in den winter vroeger — wederom brood met koffij en boter of in den zomer karuemelkspap of pap van geitenmelk of ook wel een schotel salade met komkommers of de overgeschoten aardappelen van 'smiddags opgewarmd.

3°. De handwerkslieden voeden zich geheel als de boerenarbeiders, waarmede zij ook in andere opzichten zeer veel overeenkomst hebben.

4°. De burgerij, waartoe de enkele exemplaren van 5°. de gegoede klasse, die op de Walchersche dorpen wonen, ook gerekend kunnen worden, voedt zich even goed, doch alleen fijner dan de landbouwers, eet bijv. fijn gebuild door den bakker gebakken tarwebrood, meer boter, meer kaas, koek of eijeren bij het ontbijt, meer groenten, meer rundvleesch, doch minder spek, reuzel en varkensvleesch.

6°. Fabrieksarbeiders komen in de Walchersche dorpen bij gebrek aan fabrieken niet voor.

Bovenstaande beschrijving is op alle dorpen van Walcheren van toepassing, doch moeten daarvan enkele gemeenten worden uitgezonderd, in de eerste plaats Nieuw en St. Joostland, waar de boeren welvarender zijn, hetgeen zich daarin

openbaart dat zij 'swinters een of meer runderen slagten en het vleesch daarvan gezouten, gerookt en gedroogd consumeren, in de tweede plaats de gemeente Westkapelle, die door de groote armoede, die er inheemsch is, ook wat de voeding betreft nog al verschil met andere aangrenzende gemeenten aanbiedt.

Wanneer toch zegt de rapporteur Dr. BERTEL "de landbouwwerkzaamheden niet vroeg beginnen en de zeedijk geen ruim werk oplevert, zooals in het voorjaar van 1875 plaats had, dan kan men zeker zijn dat er nijpende armoede heerscht, te meer omdat in dien tijd de aardappelen bij de meesten opgebruikt zijn; in zoodanigen tijd kan men verzekerd zijn dat de helft der bevolking zich gelukkig acht als zij drie malen daags aardappelen met zout op tafel ziet; is daarbij nog eenige verdienste dan een stukje brood met eenigen drank, dien zij koffij gelieven te noemen. Doch niet altijd is de toestand zoo ellendig en de gelegenheid om er een stukje brood bij te verdienen zoo schaarsch, alsdan zijn de maaltijden der arbeiders ongeveer het volgende:

's Morgens 7—7½ ure: aardappelen, bij verdienste met een boterham, en slappe koffij of thee.

Voormiddag 9—10 ure: koffij, bij verdienste met een boterham, doch bij een groot gedeelte is hiervan geen sprake.

's Middags 12 ure: aardappelen met zout en azijn of klinklare watersaus, waarop sporen van vet of boter, des zomers dikwijls met salade, bij verdienste hierbij des Zondags een mootje zoutevisch voor de volwassenen en een stukje daarvan voor de kinderen, of een stokvischje voor het geheele gezin; in den appelentijd nu en dan een gebraden appel of peer, is er werk dan krijgen zij die werken hierbij nog een boterham. De groote hoeveelheden aardappelen die deze lieden gebruiken verbazen den toeschouwer, hieruit vloeit waarschijnlijk voort de algemeene dikbuikigheid der kinderen en het veelvuldig voorkomen van scrofulosis.

's Avonds 4 ure, bij werk een boterham met koffij; is er geen werk, dan ook geen boterham.

's Avonds 7 à 8 ure aardappelen met sporen vet of karnemelkspap, alleen bij werk met een boterham. In den tijd dat de sardine of panharing veel gevangen wordt, zoodat die visch tot 20 cent per emmer verkocht wordt, wordt door deze lieden daarvan nog al gebruik gemaakt, hetgeen hun zeer goed doet, want spoedig is het hun aan te zien.

Het is verboden mosselen, krabben of andere schaaldieren aan de zeevaringen te zoeken; ondanks dit verbod wordt er toch nog al gebruik van gemaakt. Afgekeurde dieren, soms ook aangespoelde, worden niet zelden opgedolven om tot voedsel te dienen. Dr. B. meent dat dit gemakkelijk zou kunnen voorkomen worden door dit vleesch met koolteer onbruikbaar te maken, deelende hij het gevoelen van den Inspecteur niet dat ook dit middel niet afdoende zijn zou. Misschien ware het nog beter den oekonomischen toestand van de Westkappelsche arbeiders te verbeteren, zoodat zij niet door den honger gedreven worden zich met krenten te voeden.

Ook voor de gemeente Arnemuiden, wier bevolking grootendeels van de visch- en garnalenvangst, van het snijden van zeekoraal en het uitleuren dier producten in Walcheren en Zuid-Beveland leeft, moet een uitzon-

dering bij het overige Walcheren gemaakt worden, in zoverre hier de voeding schraler is en het gebruik van vleesch en spek tot de grootste uitzonderingen mag gerekend worden; wel wordt er wat meer visch gegeten en afval daarvan.

Wat de voeding der zuigelingen betreft werd ten plattenlande van Walcheren vroeger uitsluitend gebruik gemaakt van de moedermelk of van verschillende papsoorten, doch in den laatsten tijd heeft de zuigflesch, feeding bottle, enormen opgang gemaakt en zoowel de moedermelk als de pap bijna geheel verdrongen. De weinige vrouwen, die hun kind nog de borst geven, doen dit om niet spoedig weer zwanger te worden, of, zooals in Westkapelle, uit economie; lijden de kinderen bij het drinken der zuigflesch aan zuur, dan wordt de koemelk dikwijls vervangen door karnemelk.

NOORD-BEVELAND. — 6100 H. A. kleigrond, waarop in 4 gemeenten 7300 inwoners, bijna alleen van landbouw bestaan.

1°. Het gewoon morgeneten der landbouwers bestaat uit tarwebrood met vleesch of spek, waarbij gewoonlijk thee gedronken wordt.

Het middageten is onveranderlijk aardappelen, in den zomer met spek en salade, in den winter met spek of vleesch en met de eene of andere ingemaakte groente of met appelen of peren.

Het avondeten wederom meestal aardappelen met vet of boter of karnemelkspap met brood. Dat brood is altijd tarwebrood; roggebrood is hier volkomen onbekend, ja zou zelfs door den armsten arbeider met verachting geweigerd worden, als zijnde geen menschen- maar hoogstens dierenvoedsel. Uit het tarwemeel wordt bij den boerenstand de grootste zemelmasa uitgezift en dit daarna met water, melk, zout en gist tot deeg gekneet. Het gebruik van spek en vleesch mag onder den boerenstand ruim voldoende geacht worden, zooals uit de later te publiceren tabellen van veraccijnsd slagvee blijken zal, waarbij voor ieder boerengezin nog twee à drie varkens kunnen geteld worden, die, door den vrijdom van den accijns op het slagten van varkens, niet naauwkeurig kunnen worden gecontrôleerd.

Treurig steekt hierbij af de voeding der boerenarbeiders, wier verdiensten in de laatste jaren door den achteruitgang der meekrapcultuur zeker 30 pCt. gedaald zijn. Had vroeger ieder boerenarbeider in het najaar een gemest varken, thans behoort dit tot de zeer groote uitzonderingen. Volgens oud gebruik krijgt ieder arbeider van zijn boer een half kilo boter per week, tegen vast tarief, en veilig kan men aannemen, dat dit in menig arbeidersgezin de eenige vertegenwoordiger is van vet en vleesch. Grof tarwebrood wordt daarentegen in overvloed gebruikt en dit met aardappelen, met een weinig vet of azijn of salade, is het altijd terugkeerend menu zoowel voor morgenals middag- en avondeten.

Ook op de handwerkslieden en burgerij werkt de min gunstige financiële toestand der arbeiders, die de overgrootste meerderheid der bevolking uitmaken, natuurlijk ongunstig terug. Grote gezinnen met betrekkelijk geringe verdiensten waren ook bij de kleine burgerij het gebruik eener behoorlijke hoeveelheid vleesch. Brood, aardappelen, tuingroenten met minime hoeveelheden vleesch en spek, zijn bij de meesten alleen aan de orde van den dag. Niettemin maakt het ruime gebruik dat de burgerij van brood maakt, veel goed wat er

in andere opzigten aan ontbreekt en is de kwaliteit van het brood uitmuntend.

Wat de gegoede klasse aangaat, die, buiten den boerenstand, op N.-Beveland niet ruim is vertegenwoordigd, kan men aannemen, dat de levenswijze niet verschilt van dezelfde klasse in andere streken.

De meest gewone drank is regenwater; drinkbaar welwater wordt op N.-Beveland bijna niet gevonden en alleen dan gebruikt, wanneer door langdurige droogte geen regenwater meer voorhanden is. Thee is over het algemeen meer volksdrank dan koffij, hoewel ook de laatste betrekkelijk veel wordt gebruikt. Misbruik van sterken drank is zeldzaam, behalve bij kermissen en feestdagen. Het gebruik van likeuren en zoete dranken algemeen, eveneens zonder misbruik. Bier wordt weinig gedronken.

In N.-Beveland is de voeding van den zuigeling steeds kunstmatig en hoogst ondoelmatig, getuige de enorme kindersterfte beneden het jaar, 40 pCt. (conf. *Nederl. Tijdschr. voor Geneesk.* 1875, p. 45). Zogen is uitzondering, broodpap en verdunde koemelk, meest de eerste, schering en inslag. Die broodpap wordt gewoonlijk voor vele dagen vooruit gekookt met water en zeer stijf, om dan bij het gebruik telkens met koemelk verdund te worden. Gastrische stoornissen van allerlei aard zijn dan ook zeer menigvuldig.

ZUID-BEVELAND. — Telt 33,800 inwoners bij eene grootte van even zooveel H. A., voor het grootste deel bouw-, voor een kleiner deel weiland. De eenige stad, die dit eiland bevat, telt 6000 inwoners, doch zijn er 25 plattelandsgemeenten. Landbouw is bijna de eenige bron van bestaan.

1°. De landbouwer en hun dienstpersoneel. — Ontbijt: Tarwebrood met spek met slappe koffij. Het brood wordt bereid uit tarwemeel, gekneet met water of karnemelk; bij sommige landbouwers wordt het meel van de grofste zemelen ontdaan, bij het meerendeel evenwel niet.

Te 11 ure koffij met melk en suikergoed, kandij of babbelaars. Vóór het middagmaal gebruiken vele landbouwers een glas brandewijn of jenever, het dienstpersoneel echter niet.

's Middags te 12 ure. Het gewone middageten is aardappelen met vet en een stuk tarwebrood met spek of vleesch toe, waarbij dan een kop slappe koffij gedronken wordt; in den zomer komt hierbij meestal salade; in den winter wordt veel gebruik gemaakt van een hutspot uit gezouten vleesch, appelen of peren en aardappelen, dat een zeer smakelijk gerecht is. Er zijn landbouwers, waar men op bepaalde dagen in de week een bepaald gerecht eet, bijv.: erwtensoep met spek, bruine of witte boonen, stokvisch met aardappelen en dergelijke.

De meeste gegoede boeren slagten jaarlijks een paar runderen en eenige varkens, wier vleesch, voor zover ze het niet versch kunnen opeten, gezouten of gerookt genuttigd wordt. De hiertoe gebruikte dieren zijn meestal expreslijk daartoe gemest en het vleesch van uitstekende kwaliteit. Een opmerkelijk verschijnsel is het, dat de Zuid-Bevelandsche boeren van oudsher de gewoonte hebben het vleesch in den winter en het vet spek in den zomer op te eten en dus bij intuïtie begrepen hebben wat VOIR eerst onlangs heeft gevonden, dat in den zomer, wanneer zij veel spierarbeid verrigten en bijna den ganschen dag op het veld arbeiden een vet hun oneindig beter te stude

komt, terwijl het vleesch voor den winter, wanneer zij weinig werken, be-
waard wordt.

In den namiddag, omstreeks 4 ure, wordt eene snede tarwebrood gesmeerd
met vet en de noodige hoeveelheid slappe koffij genuttigd.

Het avondeten is doorgaans karnemelkspap; die lust heeft krijgt nog een
boterham toe. In den zomer weleens salade.

Zooals uit het voorgaande blijkt, is de hoofdrank koffij, die in zeer ver-
dunden toestand in ontzaggelijke hoeveelheden gedronken wordt, enkelen
maken gebruik van slappe thee, die zij zonder ironie "theewater" noemen.
's Zomers wordt nog al bier gedronken, doch van minder goede kwaliteit,
vooral omdat het niet afgeijpt maar op het vat gehouden wordt en dan
spoedig zuur en troebel wordt. Wijn wordt slechts bij feestelijke gelegen-
heden gedronken en dan meest van dubieuse kwaliteit, doch schaadt dit min-
der, daar zij van wijn in het geheel geen verstand hebben. Misbruik van
sterken drank is zeldzaam.

2°. *De boerenarbeiders.* Men vindt hiervan twee klassen gegoede en arme,
de eersten zijn dikwijls kleine kapitalisten en genieten daarvan de privilegiën,
o. a. door het mesten van een flink varken, deze voeden zich:

Morgeneten: tarwebrood gesmeerd met boter of spekvat, ook wel met reuzel;
is het varken pas geslagt dan wordt bij het ontbijt nog al eens gebakken
worst of kluisjes genomen. Slappe koffij ontbreekt ook hier niet.

Middageten: aardappelen met vet of ook wel met boter en water tot een
soort saus gemengd, hierbij een stukje spek of ander varkensvleesch en als
dessert tarwebrood gesmeerd met vet en een kop slappe koffij; soms gezouten
visch met aardappelen, ook dan wordt gewoonlijk tarwebrood toegegeten.
's Zondags veelal rijst of rijstspap.

Avondeten: drie à viermaal per week karnemelkspap, de overige avonden
tarwebrood met vet en slappe koffij.

De arme arbeiders voeden zich: Ontbijt: tarwebrood schraal gesmeerd met vet
van Amerikaansch spek; bij enkelen dient een weinig boter, stroop met meel
vermengd of enkel stroop om het brood te besmeren, hierbij zeer slappe koffij.

Middageten: zooveel aardappelen als de maag slechts bevatten kan met een
weinig vet dat vermengd is met eene ruime hoeveelheid water en zout, ook
wel azijn en peper; bij enkelen ontbreekt zelfs het vet geheel. Laten de
verdienden het toe dan als dessert een boterham met slappe koffij.

Avondeten: het overschot der aardappelen van 's middags, daarna tarwebrood
gesmeerd met een weinig vet van Amerikaansch spek; nu en dan karne-
melkspap.

De boerenarbeiders drinken, daar de meesten geen of een zeer kleinen regen-
bak hebben, putwater en in drooge zomers dikwijls slootwater. Alleen gedu-
rende den zaadoogst krijgen zij weleens een kruikje bier of een borrel gene-
ver van den landbouwer waarbij zij werken. Misbruik van sterken drank is
hoogst zeldzaam.

3°. *De handwerkslieden,* morgeneten: tarwebrood dat zij zelf kneden uit
meel, ontdaan van de meeste zemelen, gesmeerd met boter of als zij, zooals
dikwijls het geval is, zelve een varken slagten, met spekvat; de meesten drin-
ken hierbij slappe thee, waarin eenige kruidnagelen of foelie.

Middageten: aardappelen met eene of andere groente, kool, wortelen, rapen,
appelen of peren, hierbij gekookt of gebraden spek of visch, des Zondags
veelal als tractatie versch rund- kalfs- of schapenvleesch.

Avondeten: tarwebrood als 's morgens met spekvat of boter, bij afwisseling
karnemelkspap en een boterham toe.

Als drank, behalve slappe koffij en thee, goed regenwater, 's zomers bier,
's avonds bij enkele gelegenheden chocolademelk, velen dagelijks een borrel
bitter; misbruik hiervan is zeldzaam.

4°. *De burgerij* wat men ten plattenlande onder burgerij verstaat, zijn
handwerkslieden, neringdoenden en renteniers, de laatsten meestal gewezen
landbouwers, zoodat de voeding in hoofdzaak overeenkomt met 1 en 3.

5°. *De gegoede klasse,* hieronder begrijpt men 1°. heeren, bewoners van
buitenplaatsen, 2°. zoogen. heerenboeren, 3°. predikant, geneesheer, notaris, enz.

Het ontbijt bestaat uit tarwebrood of wittebrood met boter, eijeren, kaas,
koek, beschuit met thee; te elf of twaalf ure koffij met eijeren of koud vleesch
en brood of alleen met brood, te 3, 4 of 5 ure middageten, dat in het alge-
meen met dat der stedelingen overeenkomt, alleen is het gebruik van versch
vleesch, door den grooten afstand waarop de slager woont, vooral in den zomer,
nog al aan bezwaren onderhevig en ondervinden velen, die er geen eigen tuin
of tuinman op nahouden, nog al moeilijkheid in het koopen van versehe
groenten. Ook de dranken komen in alle opzichten met die van de overeen-
komstige stadsbewoners overeen, toestellen tot het filtreren van het drinkwa-
ter komen onder deze lieden meer en meer in gebruik. Het gebruik van
sterke dranken is hier regel, het misbruik uitzondering.

7°. *Fabrieksarbeiders* zijn in Zuid-Beveland niet aanwezig.

Aangaande de voeding van den zuigeling valt op te merken dat ten plat-
tenlande van Zuid-Beveland de moedermelk het minst gebruikt wordt.

De melkflesch is schering en inslag, naar gelang van den leeftijd van het
kind wordt de koemelk met water aangelengd en een weinig broodsuiker
toegevoegd.

Ook wordt wel gebruik gemaakt van brood, beschuit, blomspap (met melk
gekookt) of van karnemelksblomspap. Verder worden de kinderen vooral bij
den arbeidersstand zeer spoedig gewend om alles mee te eten en te drinken en
is het geene zeldzaamheid dat men bijv. kinderen van 2 maanden koffij ziet
drinken.

Schouwen en Duiveland. — Eene uitgestrektheid van 22,500 H. A., waarop
in 18 gemeenten, waarvan wij Zierikzee met 8000 inwoners onder de kleinere
steden rangschikken, 24,000 zielen wonen. Nevens veel uitmuntenden bouw-
grond vindt men er uitgestrekte lage weigonden. Landbouw en veeteelt, be-
nevens in Bruinisse visscherij, in Zierikzee en Brouwershaven eenige overblijf-
sels van handel en scheepvaart, zijn dan ook de uitsluitende bronnen van
bestaan.

1°. *De landbouwer en zijn dienstponeel* ontbijt met thee en goed tarwe-
brood met boter, spek of eijeren.

Middagmaal te 12 of 1 ure, aardappelen met groenten en vleesch of spek,
Avondeten, 's avonds 8 of 9 ure, brood met boter, soms met kaas, ook
wel karnemelkspap met gort. Als drank thee.