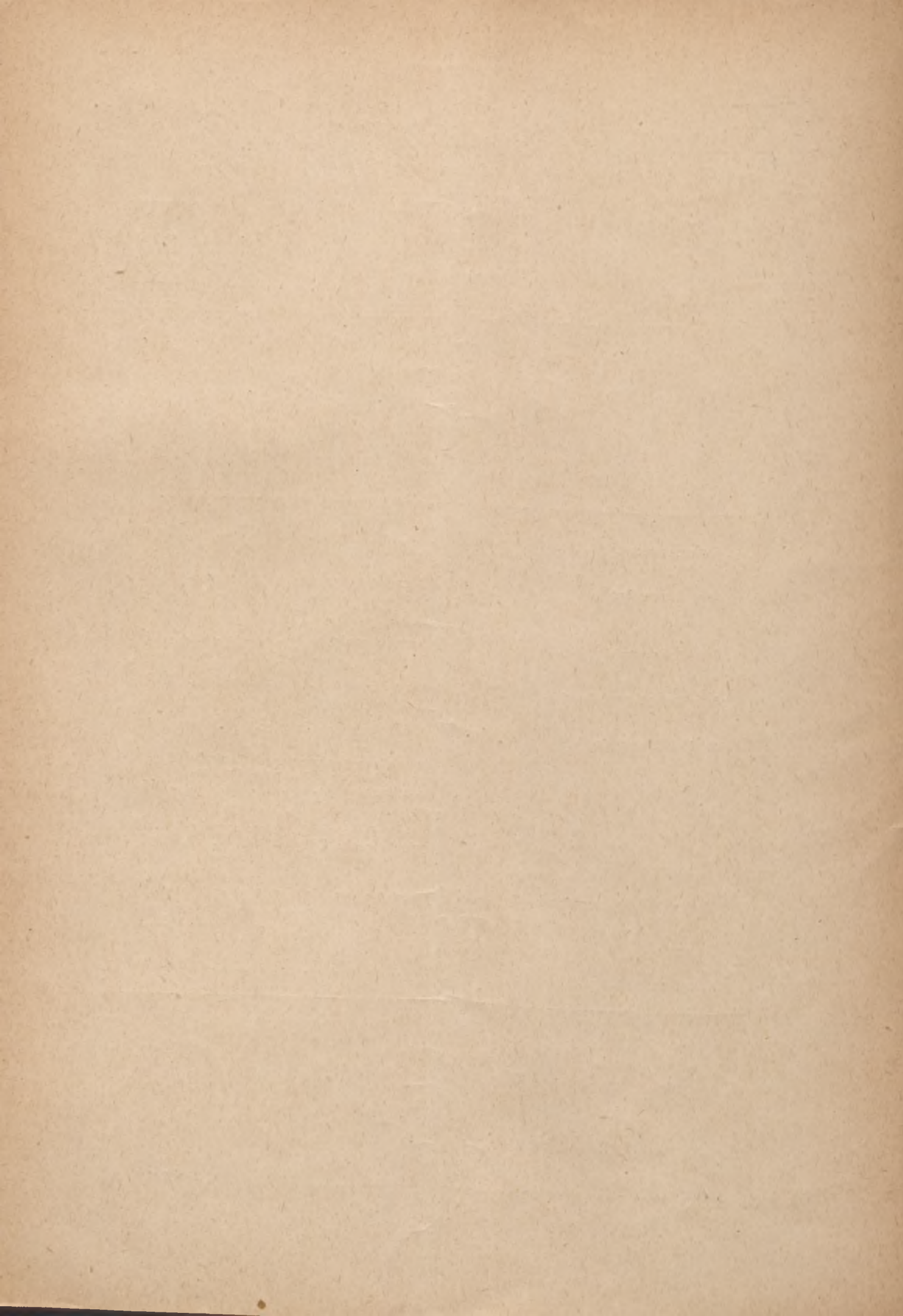




Żywnienie **ZBIOROWE**

TREŚĆ NUMERU:

Święto pracy	Str. 1
Inż. Janusz Łoś	Z zagadnień produkcji i konsumpcji mleka „ 2
Inż. Z. Żeromski	Sery i twaróg „ 7
Mgr Witold Dłużniewski	Bary Mleczne „ 10
Sabina Witkowska	Drugie śniadanie szkolne „ 12
	Z życia organizacyjnego Centralnego Zarządu Przemysłu Gastronomicznego „ 16
	Szkolenie personelu zbiorowego żywienia przez ZSS „ 18
Komunikaty i zarządzenia	„ 20
Recenzje	„ 21
Głosy czytelników	„ 23





ŻYWIENIE ZBIOROWE

Nr 5

Warszawa, maj 1950 r.

Rok V

ŚWIĘTO PRACY

Pierwszego Maja obchodzimy doroczne szóste po wojnie Święto Pracy w Polsce Ludowej. W wiosennych blaskach słońca w ciszy umilkłych fabryk i warsztatów, strojnymi ulicami miast i osiedli robotniczych, w łunie czerwonych sztandarów i transparentów, płyną bez końca mnogie tłumy ze śpiewem pieśni rewolucyjnych. Idą starzy i młodzi, strudzeni weterani i krzepcy pionierzy. Grają orkiestry marsze bojowe wiodące ongiś na barykady wolności, słysząc płomienną Międzynarodówkę, która brzmi stale, nieubłagane: „Wyklęty powstań ludu ziemi...”

Z trybun mówców padają gromkie wezwania do nieustannej, codziennej walki o nowy ład socjalistyczny, apele do współzawodnictwa w realizacji 6-letniego planu gospodarki narodowej.

Orędzie Prezydenta Rzeczypospolitej budzi z uspienia twórczą energię mas, wznleca zapał do wielkich poczynań, jakie oczekują sił naszych rąk i zdolności naszych umysłów na każdym polu pracy — w przemyśle i górnictwie, w rolnictwie, rzemiośle, handlu i komunikacji, w szkołach i biurach, szpitalach i laboratoriach, w technice, prasie i literaturze.

W ten radosny dzień rośnie nam w oczach wizja wspólnym wysiłkiem odbudowanej, pięknej stolicy, rodzi się w duszy przeczucie i pewność szczęśliwego jutra w Ojczyźnie pracującego ludu, wyzwolonego z kajdan rodzimego i ob-

cego kapitalizmu, w Ojczyźnie tworzącej w znojmym trudzie młota, pługa, dłuta i kielni — dzieła pokoju w sojuszu ze Związkiem Radzieckim i krajami demokracji ludowej. Pokoju, którego pragnie i nie pozwoli sobie wydrzeć, mimo knowań podżegaczy wojennych, cała ludzkość na globie manifestująca swoją solidarność z awangardą bojowników postępu w Dniu Święta Pracy.

Rozmyślając w ten dzień nad zdobyczami ustroju socjalistycznego pamiętajmy, że zdrowie, siły i dobre samopoczucie mas pracujących w Polsce Ludowej w dużej mierze zależą od naszych wysiłków organizacyjnych w dziedzinie żywienia zbiorowego, od należytego rozwiązania tego problemu w oparciu o naukę i praktyczne wskazania bogatych doświadczeń radzieckich.

Zbiorowe żywienie — stołówki, gospody i bary uspołecznione z całym złożonym aparatem przetwórczo-usługowym postawione na najwyższym poziomie wymagań technicznych, gastronomicznych i higienicznych uwolnią raz na zawsze miliony kobiet pracujących od niepotrzebnej udręki gospodarstwa kuchennego i trosk aprowizacyjnych, pozwolą im wziąć czynny udział w wielkim dziele budowy socjalizmu w Polsce. Nie zapominajmy i o tym zagadnieniu w Majowe Święto.

W 64/7/372

100

Z ZAGADNIENIŃ Żywności

Inż. JANUSZ ŁOŚ

Z zagadnień produkcji i konsumpcji mleka

Mlekiem i miodem płynącą zwano ongiś krainę, która spośród zwykłych terenów pasterskich wyróżniała się glebą urodzajną, zdatną pod gospodarkę rolno - hodowlaną i sadowniczą. Mimo woli nasuwa się pytanie, czy i dziś produkcja mleka może służyć za kryterium stopnia rozwoju danego obszaru gospodarczego.

Na poziomie koczowniczego pasterstwa — czy mamy na myśli odległą starożytność, czy współczesny prymityw ludów Afryki, czy wreszcie ekstensywną hodowlę Nowego Świata — miarą bogactwa jest stan liczebny pogłowia, masa mięsa, wełny, skór, jaką reprezentuje. Na tym poziomie produkcja mleka jeszcze nie istnieje — co najwyżej starcza ona tylko na zaspokojenie potrzeb samych pasterzy. Przyczyną jest nie tylko niska wydajność mleczna wędrującego stada, ale przede wszystkim trudność zorganizowania przerobu i zbytu nabiału. Produkcja na zbyt pojawia się wprawdzie już w fazie pasterstwa na wpół koczowniczego lub osiadłego (produkcja sera i bryndzy itp. na halach), ale właściwego znaczenia nabiera dopiero w fazie gospodarki rolno - hodowlanej, w oparciu o przemysł, pojemny rynek zbytu i dobrą komunikację. I dlatego właśnie ze stopnia rozwoju gospodarki mlecznej pośrednio wnosić można o naturalnej przydatności środowiska i umiejętności jego zagospodarowania. Oczywiście za kryterium nie będzie tu służyć ogólna cyfra pogłowia, jak w systemie pasterskim, lecz stopień zagęszczenia pogłowia w stosunku do ziemi użytkowanej rolniczo, świadczący o intensywności produkcji rolnej, bogactwie paszy, dostatku rąk roboczych wzgl. urządzeń mechanicznych, a dalej — wydajność mleka od sztuki, świadcząca o klasie mlecznej, pośrednio więc o osiągnięciach na polu hodowli i żywienia.

Tytułem przykładu podamy tu kilka cyfr dotyczących produkcji mleka w okresie przedwojennym. Tak więc w latach trzydziestych, na 100 ha ziemi użytkowanej rolniczo, przypadały nast. ilości bydła rogatego:

w Argentynie, Krajach Bałtyckich, Naddunajskich oraz we Włoszech	20 — 40 sztuk
w Anglii, Finlandii, Francji, N. Zelandii, Polsce	40 — 60 „
w Niemczech, Szwecji	60 — 80 „
w Austrii, Irlandii	80 — 100 „
w Danii i Holandii powyżej 100 sztuk (9)*.	

*) Cyfry w nawiasach stanowią kolejne numery załączonego na końcu spisu literatury.

Przyjmuje się, że przeciętna mleczność wynosiła: w Argentynie, Australii, N. Zelandii, Francji, Norwegii, Polsce 1000 — 2000, w Anglii, Danii, Niemczech 2000 — 3000, w Holandii i Szwajcarii powyżej 3000 litrów od sztuki rocznie (1).

Ze dopiero zestawienie obu wielkości, tj. zagęszczenia pogłowia oraz jego mleczności, pozwala wnosić o rozwoju produkcji mleka w danym kraju, świadczy m. in. przykład Polski. W okresie przedwojennym (1938 r.) przy swoich 41,2 szt. na 100 ha należała ona do grupy krajów o średnim zagęszczeniu pogłowia (9). Myliłby się jednak ten, kto na tej podstawie zakwalifikowałby Polskę jako kraj zaawansowany w intensyfikacji produkcji. Przeczy temu niska waga ubijanych sztuk oraz mała wydajność mleka od krowy — ok. 1400 l rocznie (9). W tym oświeceniu wysoka cyfra bydła na 100 ha była poprostu wynikiem rozdrobnienia gospodarstw, które w krowach widziały raczej „fabrykę“ niezbędnego obornika, a mleko traktowały jako „produkt uboczny“, spożywany w znacznej mierze na miejscu w gospodarstwie. Co bowiem znaczy 1400 litrów od sztuki rocznie zrozumiemy, jeżeli uwzględnimy, że jest to 5 litrów dziennie w okresie laktacji, a więc ta ilość mleka, jaką obejmuje dawka paszy tzw. „bytowej“, tj. przeznaczonej na podtrzymanie procesów życiowych ustroju. (Jest to ta ilość energii, jakiej wymaga np. utrzymanie w ruchu motoru na wolnym biegu). Dopiero za każdy następny litr krowa otrzymuje tzw. paszę „produkcyjną“ (analogiczną do dodatkowej ilości paliwa, w miarę obciążenia maszyny pracą). Oczywiście, im wyższa jest mleczność, tym na większą ilość litrów rozkłada się pasza bytowa i właśnie dlatego przy wyższej mleczności produkcja lepiej się opłaca. Zagadnienie to ilustruje nast. przykład: krowie lekkiej (350 kg żywej wagi), przy mleczności do 5 l/dzień, trzeba dać pewną stałą dawkę, niezależnie od wielkości udoju. W najlepszym razie (tj. przy 5 l) wypadnie na litr 0,8 jedn. karmowej i 80 g białka. Krowie cięższej (500 kg ż. w.) przy mleczności 10 l/dzień (tj. 3000 litrów rocznie) wystarcza 0,67 jedn. karmowej i 70 g białka za każdy litr (8). Oczywiście opłacalność chowu sztuk większych a mlecznych doceniana była i przed wojną. Walka o zmniejszenie ilości „ogonów“ na rzecz dobrych mlecznic nie dawała jed-

nak w owym czasie wyników. Brak należytego aparatu skupu i dystrybucji, a co za tym idzie, niska cena mleka na wsi, nie stwarzały korzystnych warunków dla przeprowadzenia niezbędnych inwestycji w skali całego kraju. W rezultacie wieś zadawała się owym minimum wydajności, typowym dla bydła prymitywnego. Brakło natomiast **dobrego** towaru rynkowego po przystępnych cenach i w ilości, jaka była niezbędna dla należytego odżywienia konsumenta w mieście.

Tak się przedstawia punkt wyjścia do dalszych rozważań od strony produkcji. Z kolei wypadnie zagadnienie nasze rozpatrzyć od strony konsumpcji mleka.

W Polsce przed wojną, dla omówionych wyżej powodów, spożycie mleka nie było wysokie i to zarówno w zestawieniu z wymaganiami higieny, jak i spożyciem w innych krajach (5). W przeliczeniu na mleko płynne konsumpcja roczna przedstawiała się jak następuje:

Kraj	Mleko		Białko zwierzęce	
	Ogółem kg/osobę	W tym białka kg/osobę	Ogółem kg/osobę	Białko mleka w % biał. zwierz.
Polska	120	3,96	6,94	57,1
Bulgaria . . .	120	3,96	6,57	60,3
Jugosławia . .	120	3,96	6,57	60,3
Czechosłowacja	150	4,95	9,12	54,3
Francja	154	5,08	13,87	36,6
Anglia	156	5,15	15,70	32,8
Niemcy	160	5,28	12,41	42,6
U S A	194	6,40	18,25	35,1
Dania	249	8,22	16,06	51,2

Z przytoczonych tu cyfr wynika, że Polska należała przed wojną do grupy krajów o najniższym spożyciu mleka. Mimo to białko jego stanowiło ponad połowę całej ilości białka zwierzęcego. Świadczy to o niskiej racji białka zwierzęcego, przypadającego na głowę ludności.

Jeżeli teraz porównamy cyfry spożycia mleka na głowę z przytoczonymi uprzednio cyframi zagęszczenia pogłowia bydła oraz jego mleczności w poszczególnych krajach, to możemy dopatrzeć się niewątpliwie zależności między tymi wielkościami.

Z kolei wypadnie teraz sprawdzić, czy cyfra spożycia mleka w Polsce przed wojną była wystarczająca z punktu widzenia wymagań higieny.

Otóż przyjmując, że pożądana norma spożycia mleka wynosi 0,5 l na osobę dorosłą a 1 litr na dziecko i młodzież, przy przedwojennej strukturze ludności (ok. 42% do lat 19) średnia ważona spożycia mleka na osobę powinna wynosić ok. 260 l rocznie (nieco więcej niż wynosiło spożycie w Danii). Ten prosty rachunek wykazuje, że mimo, iż uchodziliśmy za kraj rolniczy, spożycie mleka nie osiągało w przecięciu dla całego kraju nawet połowy wymaganej normy. Co więcej — konsumpcja była b. nierównomiernie rozłożona między poszczególne grupy ludności, na czym najgorzej wycho-

dziła ludność robotnicza, jak to widać z nast. zestawienia (5):

Grupy ludności	Mleko płynne w l/jedn. kons.			Kg na jedn. kons.	
	Pełne	Chude	Razem	Ser	Śmietana
Ludność robotnicza (1929 r.)	85,5	—	85,5	1,8	1,8
Pracownicy umysłowi (1932 r.)	139,6	—	139,6	3,7	6,1
Ludność wiejska:					
Okreśi przemysł. (1931/33)	220,5	143,6	364,1	3,4	0,2
Okreśi środkowe (1931/33)	225,9	70,2	296,1	4,7	1,9

Z zestawienia tego wynika, że tylko ludność wiejska spożywała (łącznie z mlekiem odtłuszczone) postulowaną normę mleka, pracownicy umysłowi nieco ponad połowę tej normy, ludność robotnicza nieco ponad $\frac{1}{3}$ normy.

Przyczyną tego układu stosunków był z jednej strony brak dostatecznej ilości dobrego towaru na rynku miejskim, o czym była mowa wyżej, z drugiej strony — niekorzystny dla mleka układ cen, o czym była mowa w jednym z poprzednich numerów naszego pisma (12). Nie wracając już zatem do przyczyn małego spożycia mleka, zajmiemy się jego skutkami. Przedtem jednak słów parę wypadnie powiedzieć o mleku, jako środku spożywczym.

Otóż mleczność naszych zwierząt domowych (ściślej biorąc przeżuwaczy, jak krowy, owce, kozy) tak się pod wpływem wielowiekowej pracy człowieka podniosła, że znacznie przekracza potrzeby, związane z wykarmieniem przychowka, co pierwotnie było jedynym celem procesu laktacji ustroju macierzyńskiego. Jak się jednak często zdarza, za uszlachetnieniem materiału hodowlanego poszło jego wydolikacenie i zmniejszenie odporności na choroby. W rezultacie mleko jest nie tylko napojem życiodajnym ale i nosicielem zarazków. Jest nim zwłaszcza najbardziej rozpowszechnione w użyciu mleko krowie. Ponieważ konsument często bądź nie zdaje sobie sprawy z tego, bądź niebezpieczeństwo lekceważy, opiekę nad produkcją i dystrybucją mleka musiało wziąć na siebie państwo. Tu zajmiemy się naprzód zagadnieniem mleka zdrowego.

Sposób powstawania mleka nie jest jeszcze całkowicie wyjaśniony, czego dowodem istnienie współcześnie paru hipotez (2). Według dzisiejszego stanu wiedzy mleko wytwarzane jest przez organizm macierzyński w okresie laktacyjnym nieprzerwanie. Nasilenie tego procesu wzrasta w czasie ssania, względnie dojenia. Ilość mleka zależy od gatunku oraz rasy do jakiej osobnik należy, następnie od jego indywidualnej wydajności, wreszcie od sposobu odżywiania. Z punktu widzenia biologii mleko jest i nie przestaje być nawet po oddzieleniu od organizmu — **tkanką żywą**, zawiera bowiem,

oprócz innych składników, produkty rozpadu komórek gruczołu mlecznego, enzymy, witaminy oraz drobnoustroje powodujące zmiany w stanie i składzie mleka.

W konsekwencji mleko zwierząt użytkowych musimy uważać za **żywy surowiec** i tak go w toku dalszych procesów traktować.

Z punktu widzenia fizyki i chemii mleko jest płynem, zawierającym składniki w postaci bądź zawiesiny (białko), bądź emulsji (tłuszcz), bądź roztworu (cukier i sole mineralne). Skład mleka krowiego, które jest przedmiotem niniejszego artykułu, waha się w dość szerokich granicach. Zawiera ono mianowicie: 85 — 89% wody, 2,7 — 5 % tłuszczu, 2,0 — 3,2% kazeiny, 0,4 — 0,8% albuminy i globuliny, 3,6 — 5,3% cukru mlecznego, 0,1 — 0,3% innych substancji organicznych, 0,6 — 0,9% substancji mineralnych (8). Średnio w 100 g mleka zawarte są następujące ilości składników:

Woda	87,6	g	Witamina		
Tłuszcz	3,4	"	A	0,1	mg
Białko	3,4	"	B ₁ (tiamina)	0,04	"
Węglowodany	4,9	"	B ₂ (ryboflawina)		"
Wapń	120,0	mg		0,17	"
Fosfor	95,0	"	P.P. (kw. nikot.)	0,1	"
Żelazo	0,08	"	C (kw. askorb.)	1,0	"
			D (kalciferol)	0,00005	"

Przy takim składzie mleka, wartość kaloryczna 100 g wynosi 64 kal. (8). Oczywiście kaloryczność zmienia się wraz ze składem mleka, dlatego inni autorzy jako średnią podają 63 (6), względnie 65 (13) lub nawet (przy 3,9% tłuszczu a 4,9% węglowodanów) — 69 (3).

Skład mleka jest tego rodzaju, że u osesków zapewnia pełne pokrycie zapotrzebowania rozwijającego się organizmu. W wieku późniejszym mleko może pokryć znaczną część tego zapotrzebowania. Tak więc 1 litr mleka letniego spożyty dziennie dostarcza dla dorosłego człowieka potrzebnych składników w nast. procentach (8):

Woda	ok. 30%		
Tłuszcz	" 35 "	Witamina	
Białko	" 45 "	A	ok. 35%
Węglowodany	" 11 "	B ₁ (tiamina)	" 25 "
Wapń	" 100 "	B ₂ (ryboflawina)	" 65 "
Fosfor	" 10 "	PP (kw. nikot.)	" 5 "
Żelazo	" 10 "	C (kw. askorb.)	" 15 "
Składniki mineralne ogółem	" 22 "	D (kalciferol)	" 5 "

Z przytoczonych cyfr widać, że 1 litr mleka dziennie zapewnia pokrycie w znacznym procencie szeregu najważniejszych składników. Zwrócić uwagę należy zwłaszcza na dwa: białko i wapń. Jeżeli się uwzględni, że zapotrzebowanie białka wynosi ok. 1 g na 1 kg wagi, z czego $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{2}$ powinno być zwierzęcego pochodzenia, to 1 litr mleka zapotrzebowanie białka zwierzęcego pokrywa w zupełności. Podobnie też 1 litr mleka pokrywa pełne zapotrzebowanie wapnia. Cała rzecz w tym, że przed wojną tylko pewne grupy ludności spożywały 1 litr mleka dziennie. Jak wynika z przytoczonych uprzednio cyfr, nawet nie we wszystkich okręgach wiejskich norma ta została osiągnięta. Ale jeśli nawet zapotrzebowanie białka zostało pokryte w pełni lub przynajmniej w bar-

dzo poważnej części z innych źródeł (11), to sprawa wapnia przedstawia się znacznie gorzej. Już u ludności wiejskiej pełne pokrycie normy wapnia w pewnych warunkach staje się wątpliwe. Niewątpliwym deficyt występuje w grupie pracowników umysłowych. Jeśliby bowiem obliczyć zawartość wapnia we wszystkich pokarmach cytowanej wyżej normy rocznej (5) okazało by się, że nie pokrywa ona nawet $\frac{2}{3}$ zapotrzebowania na ten składnik. Największy jednak deficyt występuje w grupie ludności robotniczej, i to zarówno w zakresie wapnia jak i białka. Wprawdzie ogólne zapotrzebowanie białka zostało pokryte, ale udział białka zwierzęcego leży poniżej niezbędnej $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{2}$ całej ilości białka. Jeszcze gorzej przedstawia się sprawa wapnia, którego pokrycie przy uwzględnieniu wszystkich pokarmów wymienionych w cytowanym wyżej źródle (5) wynosiło ok. 50% zapotrzebowania. Mniej lub więcej dotkliwy niedobór obu tak ważnych składników — białka i wapnia — pociągał za sobą słaby rozwój fizyczny, wady kości i uzębienia przedwojennego pokolenia, na co ówczesne komisje poborowe niejednokrotnie zwracały uwagę.

Zatrzymaliśmy się nieco dłużej nad przedwojennymi cyframi produkcji i konsumpcji mleka, gdyż naświetlają one w sposób jaskrawy a bezsporny, przyczyny i skutki ówczesnego niedożywienia niektórych grup społecznych w Polsce, tym samym mogą się stać przyczynkiem do badań nad omawianym zagadnieniem w przyszłości.

Jeśli chodzi o okres powojenny, to z braku odpowiednich publikacji oprzeć się musimy na analizie dostępnych ogółowi cyfr oraz prostej obserwacji. Otóż podniesienie wydajności obecnie posiadanego pogłowia krów (10) do wysokości wydajności krów chłopskich **pod kontrolą** zapewniłoby dostateczną podaż mleka konsumcyjnego. Krowy pod kontrolą (chłopskie) odpowiadają ogólnemu typowi krów chłopskich, a wyższą mleczność zawdzięczają głównie racjonalnemu doborowi i żywieniu. Dlatego podniesienie mleczności do tej właśnie wysokości nie jest zadaniem niewykonalnym. Propagowany ostatnio na wsi ruch objęcia kontrolą **jak największej ilości krów** pozwala się spodziewać podobnego wzrostu podaży mleka, jaki już dał się zaobserwować w zakresie mięsa. Nie można zapominać, że skutkiem różnic fizjologicznych odbudowa pogłowia bydła postępuje wolniej niż trzody. Dlatego z góry było do przewidzenia, że nasycenie rynku mięsnego nastąpi wcześniej niż rynku nabiałowego, ale właśnie zgodny z przewidywaniem przebieg procesu odbudowy rynku mięsnego pozwala oczekiwać w niedługim czasie pełnej odbudowy rynku nabiału, który zresztą już dziś stoi bez ograniczeń do dyspozycji konsumenta (bony są wyrazem przyznania priorytetu — nie reglamentacji obrotu mlekiem). Niedaleki też przypuszczalnie jest czas, kiedy będzie należało **propagować zwiększenie spożycia nabiału**. Co już dziś w tej sprawie da się powiedzieć?

Z licznych postaci, pod jakimi zwykło się spożywać mleko, można zestawić nast. grupy:

- a) mleko płynne, pełne lub odtłuszczone. w stanie naturalnym, lub poddane dalszej obróbce (sterylizacja, pasteryzacja, fermentacja),
- b) mleko odwodnione, pełne lub odtłuszczone (zgęszczone, proszek mleczny),
- c) śmietana,
- d) ser,
- e) masło.

Z uwagi na skład i własności, o czym była mowa wyżej, niezastąpionym artykułem zarówno dla starszych jak przede wszystkim dla dzieci jest mleko pełne, podane w stanie naturalnym. Dlatego tak wielkie znaczenie ma produkcja mleka tzw. „wyborowego“, wolnego od wszelkich wad, a więc m. in. i zarazków chorobotwórczych. Oczywiście produkcja mleka „wyborowego“ możliwa jest tylko w warunkach pełnej zdrowotności, zarówno pogłowia jak i personelu, przy zachowaniu higieny udoju, przerobu, przechowania i transportu, pod ścisłym nadzorem sanitarnym. Ale właśnie dla tych względów produkcja mleka wyborowego, może być prowadzona tylko w większych zespołach. Mleko pochodzące z gospodarki drobno-towarowej musi być poddane pasteryzacji zanim trafi do rąk konsumenta w postaci czy to mleka płynnego, czy przetworów (mleka sfermentowanego, śmietany, sera, masła wzgl. mleka odtłuszczonego), równie jak samo mleko podatnych na zakażenie.

Wszystkie wyżej wymienione zabiegi, jak higieniczny udoj, transport, przechowanie, pasteryzacja oraz poddanie procesom fermentacyjnym, zwiększa trwałość mleka, na ogół jednak w nieznacznych granicach. Wyższy stopień trwałości można osiągnąć dopiero przez odwodnienie mleka. Im proces utraty wody dalej postępuje, tym trwalszy osiąga się produkt.

Poniżej podajemy skład trzech podstawowych przetworów mleka pełnego (8):

Na 100 g produktu	Ser twaróg tłusty	Ser podpuszczk. twardy	Proszek mleczny pełnotłusty
Woda	64,0	35,0	3,5
Tłuszcz	18,0	32,0	26,7
Białko	14,0	26,0	25,8
Węglowodany	2,5	2,0	38,0
Subst. mineral.	1,5	5,0	5,8
Kaloryczność	238,0	400,0	495,0

Jeśli teraz zestawimy skład np. 100 g sera twarogowego ze składem takiej samej ilości pełnego mleka, to widać, że w serze ilość tłuszczu jest ok. 5 razy większa niż w mleku, ilość białka ok. 4 razy, soli mineralnych ok. 2 razy (w tym wapnia ok. 63%), węglowodanów ok. połowy tylko. Brak proporcji między składnikami mleka i sera wynika stąd, że cukier częściowo przechodzi do serwatki. Również do serwatki przechodzi przeważająca ilość wapnia. W mleku świeżym jest on związany z kazeiną

(jako kazeinian wapnia) w postaci delikatnej zawiesiny. Tworzący się w mleku kwas odbiera wymienionemu związkowi wapń, wskutek czego wypada wolna, nierozpuszczalna kazeina w postaci skrzepu (strątu), stanowiącego miąższ sera. W serach podpuszczkowych proces ten przebiega nieco inaczej. Ścinana na słodko kazeina nie jest pozbawiona wapnia, a skrzep stanowi tzw. parakazeinian wapnia (2,7).

Sposób wyrobu sera nie pozostaje więc bez wpływu na gospodarkę wapniem, który jest jak wiadomo, z punktu widzenia higieny żywienia elementem niezmiennie ważnym, a jednocześnie w powojennych warunkach życia, elementem często deficytowym. Dlatego w diecie konsumenta miejskiego, spożywającego niedostateczną ilość mleka, jeśli część jego z tych czy innych względów ma być zastąpiona serem twarogowym kwaśnym, a nie podpuszczkowym, należy zapewnić brakującą ilość wapnia z innego źródła.

Sery podpuszczkowe mają ponadto przewagę nad twarogowym i ze względu na niższą zawartość wody a wyższą — innych składników (tłuszczu i białka) oraz kaloryczności. W stosunku do sera twarogowego stanowią więc dalej posunięty koncentrat surowca mlecznego. Stopień odporności serów na zepsucie nie jest jednak wystarczający, jeśli chodzi o dłuższe przechowywanie towaru. Zadość temu czyni dopiero silniejsze odwodnienie surowca, jakie ma miejsce przy produkcji mleka zgęszczonego słodzonego, czy niesłodzonego oraz proszku mlecznego pełnotłustego, wzgl. odtłuszczonego. Proszek mleczny nie posiada już tzw. wolnej wody. Zagęszczenie poszczególnych składników w stosunku do surowca wynosi ok. 8 razy. Proszek mleczny stanowi produkt wysoce wartościowy, a w zamknięciu hermetycznym — bardzo trwały. Oddaje więc nieocenione usługi wszędzie tam, gdzie zachodzi potrzeba dłuższego magazynowania mleka, wzgl. gdzie transport świeżego mleka napotyka na trudności. Łagodząc wpływ czynnika czasu i odległości, przetwórstwo surowca mlecznego umożliwia rozwój jego produkcji w rejonach położonych z dala od ośrodków konsumcyjnych. Wyrób serów trwałych oraz mleka odwodnionego wymaga wszakże znacznych nakładów zarówno w zakresie kapitału stałego jak i obrotowego oraz wyszkolonych sił fachowych.

Prostszy i łatwiejszy z punktu widzenia techniki przerób mleka na sery twarogowe i masło, stosowany od dawna w gospodarce drobnotowarowej, wchodzi stopniowo w coraz szerszym zakresie również w fazę uprzemysłowienia. Pozwala to osiągnąć wielorakie korzyści: producentowi zapewnia stały odbiór surowca przy jednoczesnym zaopatrzeniu w pasze treściwe, cenne instrukcje itp. Konsumentowi dostarcza zdrowy, trwały i smaczny artykuł spożywczy wysokiej klasy, umożliwia wreszcie lepsze niż w gospodarstwie indywidualnym wykorzystanie produktów ubocznych przemysłu mleczarskiego. Tak np. mleko chude, którego wartość odżywcza, jak to widać z przytoczonych poniżej cyfr (8) jest bardzo wysoka, przy braku popy-

tu ze strony rolnika, może być w zakładzie mleczarskim przerobione na kazeinę.

Składniki w 100 g	Mleko chude	Śmietana 25%	Masło
Woda g	90,8	68,0	15,5
Tłuszcz g	0,05	25,0	83,5
Białko g	3,4	2,7	0,5
Węglowodany . . . g	5,0	3,7	0,4
Subst. miner. . . . g	0,7	0,5	0,1
w tym wapni			
w mg	120	90	16
Kaloryczność	34	251	754

Przemysłowa produkcja masła nabiera ponadto specjalnego znaczenia z uwagi na to, że ono samo stanowi wysoko ceniony artykuł eksportowy, mleko zaś odtłuszczone — znakomity surowiec przy produkcji świń bekonowych, których wywóz był od dawna ważną gałęzią naszego gospodarstwa. Mamy więc tu do czynienia z typowym przemysłem sprzężonym.

Jeżeli chodzi o rynek wewnętrzny, to masło z uwagi na to, że stanowi zdrowy i smaczny, ale jednocześnie drogi tłuszcz konsumpcyjny, ciągle jeszcze nosi charakter w pewnym stopniu artykułu luksusowego. Przed wojną (1938 r.) przy cenie masła 354 gr/kg a słoniny 161 gr/kg (detal w Warszawie) — 1 kaloria w maśle kalkulowała się o ok. 50% drożej niż w słoninie (świeżej).

Z punktu widzenia ogólnogospodarczego powyższy układ cen jest dość pomyślny, powoduje bowiem oszczędniejsze użycie masła, kosztem innych tańszych tłuszczów, wszędzie tam gdzie mogą być użyte bez szkody, a często z pożytkiem dla konsumenta (11a).

Omówienie, choćby pobieżne, wszystkich pozycji grupy nabiałowej, wyszłoby daleko poza ramy jednego artykułu. Niniejszy szkic miał za zadanie wskazanie raczej różnych zależności, jakie występują w tej niezwykle obszernej dziedzinie. Na zakończenie pragnęlibyśmy podkreślić, że tak pożądanym z punktu widzenia higieny i ekonomiki odżywiania wzrost spożycia nabiału wymaga nie tylko uświadomienia konsumenta co do płynących stąd korzyści ale i udostępnienia mu zdrowego i smacznego produktu. Przed wojną, poza mlekiem butelkowanym drogim i mało dostępnym, towar, jaki dochodził do konsumenta w ogólnej masie, był wy-

jątkowo niskiej jakości. Po wojnie sytuacja uległa wybitnej poprawie dzięki z jednej strony uspołecznieniu skupu, przerobu i dystrybucji i z drugiej — otwarciu barów mlecznych, będących ostatnim ogniwem uspołecznionego obrotu. Dziś konsument może nabyć również i w większym mieście **naprawdę dobre** mleko, po niewygórowanej cenie, nie mówiąc już o maśle i serze. Że na ogół konsument dobrodziejstwo to ocenia, świadczy olbrzymia frekwencja w barach mlecznych, zarówno samej stolicy, jak i innych miejscowości Polski. Wzrost spożycia mleka poza skutkiem bezpośrednim, jakim jest dostarczenie zdrowego pokarmu, może mieć skutek uboczny — zmniejszenie spożycia alkoholu, nie dlatego, że mleko miałoby tu być jakąś odtrutką, tylko dlatego, że w budżecie średnio zamożnego obywatela trudno zmieścić obie te pozycje.

Zestawienie sytuacji obecnej z przedwojenną, wskazuje niezbicie, że weszliśmy na właściwą drogę. Dalszy postęp zależeć będzie od stopnia współdziałania wszystkich zainteresowanych czynników.

LITERATURA

Polska

1. Prof. dr inż. Tadeusz Kłapkowski — Handel rolniczy i podstawy aprowizacji. Kraków, 1947 r.
2. Prof. dr farm. Stanisław Krauze — Artykuły żywności i przedmioty użytku w związku z polskim ustawodawstwem. Lekarski Inst. Nauk. Wydawniczy — Warszawa 1947 r.
3. Dr med. Emil Paluch — Przez dobre odżywianie do zdrowia. „Kolumna“ Łódź.
4. Prof. dr Eugeniusz Pijanowski — Chemia i higiena mleka. Państw. Inst. Wyd. Roln. Warszawa 1948.
5. Prof. dr Aleksander Szczygieł — Zarys higieny żywienia. Lek. Inst. Nauk. Wyd. Warszawa 1947 r.
6. Tablice: Wartość odżywcza środków spożywczych. Lek. Inst. Nauk. Wyd. Warszawa 1947 r.
7. Kalendarz techniczny przemysłu spożywczego. Nakł. Stow. Techn. Przem. Spoż. Warszawa 1949 r.
8. Kalendarz mleczarsko-jajczarski na r. 1948. „Spożem“ Zw. Gosp. Sp. R.P. Warszawa, Grażyny 13.
9. Mały Rocznik Statystyczny. 1939 r.
10. Wiadomości Statystyczne GUS. 1949 r.
11. „Żywienie Człowieka“ Warszawa 1949 r.
 - a) Marzec — kwiecień — „Parę słów o tłuszczach“ prof. Dr Al. Szczygieł.
 - b) Maj — czerwiec — „Spożycie mleka przez dzieci szkół powszechnych“ Dr B. Gastol.
12. „Żywienie Zbiorowe“ Warszawa 1950 r. Styczeń — luty „Dieta mięsna czy bezmięsna“ inż. J. Łoś.

Obca

13. L. F. Łorie: Osnovy dietetyki — Moskwa „Medgiz“ 1949 r.

Inż. Z. ŻEROMSKI

Sery i twaróg

Serem nazywamy produkt uzyskany z mleka na skutek oddziaływania na mleko kwasem mlekowym, podpuszczką lub obydwoma tymi sposobami jednocześnie. Zawiera on najcenniejsze składniki odżywcze mleka: białko i tłuszcz.

Surowcem służącym do wyrobu sera jest mleko krowie, owcze lub kozie. Jeżeli w nazwie sera nie figuruje wyjaśnienie z jakiego mleka został zrobiony, to rozumiemy — że powstał z mleka krowiego.

Większość serów dojrzewających jest robiona z mleka niepasteryzowanego i cała mikroflora przechodzi do sera, zatem dobór mleka odpowiedniej jakości przy produkcji serów jest sprawą zasadniczego znaczenia. Mleko na sery musi być nie tylko świeże, o określonej kwasowości, lecz musi również posiadać odpowiedni skład mikroflory tak pod względem jakościowym jak i ilościowym.

Sery twarogowe są to sery powstałe z mleka pod działaniem kwasu mlekowego. Wyrób tych serów jest powszechnie znany i często stosowany przez gospodynie w domu; polega on na ukwaszeniu mleka i podgrzaniu go.

Drobnoustroje dostają się do mleka w czasie dojzenia krów, chłodzenia, a często i przechowywania i rozwijają się w nim silniej lub słabiej, zależnie od temperatury. Specjalnie sprzyja ich rozwojowi temperatura ok. 30°C i dlatego chcąc w domu uzyskać szybkie ukwaszenie mleka, stawia się je w ciepłym miejscu. Większość drobnoustrojów przerabia cukier mlekowy (laktozę) na kwas mlekowy, po czym, po osiągnięciu odpowiedniej koncentracji kwasu, następuje ścięcie mleka w formie galaretowatej masy.

W zakładach mleczarskich stosuje się pasteryzację mleka przeznaczonego na twaróg i szczerpi się je następnie zakwasem z czystych kultur kwasu mlekowego. Okres ścinania się mleka trwa kilkanaście godzin. Ścięty mleko-skrzep poddaje się krajaniu oraz podgrzewaniu celem uzyskania masy twarogowej, z której znaczna część wody została oddzielona w formie serwatki. Podsuszoną w ten sposób masę twarogową wkłada się do worków i poddaje prasowaniu celem dalszego wydzielenia serwatki. Przy prasowaniu nadaje się żądany kształt twarogowi — płaskich płyt, okrągłych lub klinowatych serków itp. Wyjęty spod prasy twaróg nadaje się do bezpośredniego spożycia i znany jest na rynku jako twaróg, ser twarogowy, ser polski lub biały. Sery te prawie z reguły robione są z mleka odtłuszczonego.

Istnieją również sery powstałe z twarogu poddanego dojrzewaniu, a mianowicie ser smażony oraz kwargle.

Sery podpuszczkowe są mniej znane, jeżeli chodzi o sposoby ich wyrobu, gdyż nie wyrabia się ich w normalnym gospodarstwie domowym.

Sery podpuszczkowe przechodzą okres dojrzewania, trwający od 4 do 20 tygodni i wymagają w tym czasie odpowiedniej temperatury i wilgotności. Zabiegi te opłacają się jedynie przy przerobie dużych ilości mleka na ser.

Sery podpuszczkowe nazwę swą zawdzięczają podpuszczce użytej do ścięcia mleka.

Podpuszczka jest to ferment występujący w żołądkach młodych ssaków w tym okresie życia, gdy ich głównym pożywieniem jest mleko matki. Ponieważ cielęta są zabijane masowo w młodym wieku, żołądki ich są zasobne w ferment podpuszczkowy, stanowiąc główne źródło tego fermentu wydobywanego na skalę przemysłową.

W serowarstwie podpuszczka jest stosowana jako produkt fabryczny w formie proszku. Jedynie przy wyrobie serów ementalskich i grojów serowar przyrządza sam podpuszczkę z wysuszonych żołądków cielęcych.

Podpuszczka działa na mleko w ten sposób, że powoduje ścięcie białka (parakazeina) w mleku słodkim. Ścięty podpuszczką mleko-skrzep różni się od kwasowego znacznie większą kurczliwością i jędrnością.

Celem zachowania jednolitej żółtej barwy dojrzalego sera w ciągu całego roku, stosuje się jako dodatek do mleka farbę w ilościach zależnych od udziału pasz zielonych w żywieniu krowy. Poza farbą stosuje się stale dodatek zakwasu z czystych kultur serowarskich.

Ponieważ zakłady mleczarskie przerabiają jednorazowo na ser od kilkuset do kilku tysięcy litrów mleka, muszą być zatem zaopatrzone w specjalne naczynia: kotły lub wanny serowarskie. Naczynia te składają się z dwóch części — wewnętrznej metalowej i zewnętrznej drewnianej. Do wolnej przestrzeni między nimi doprowadza się parę i ogrzewa w pierwszej fazie mleko, a następnie masę serową. Temperatura do jakiej ogrzewa się mleko przed dodaniem do niego podpuszczki, wynosi ok. 30°C w zależności od rodzaju sera, jaki ma być wyprodukowany. Podpuszczki dodaje się w ilości 1 g na 100 litrów mleka, przy czym ścięcie mleka, czyli utworzenie się skrzepu następuje w czasie około 30 minut. Po uzyskaniu skrzepu o żądanej jędrności wykonuje się cały szereg zabiegów technicznych, mających na celu wydzielenie ze skrzepu serwatki. Następnie kraje się całą masę skrzepu przy pomocy specjalnych narzędzi i doprowadza ją do „ziarna” różnej wielkości, w zależności od rodzaju sera. Rozdrobnienie masy serowej na ziarna zwiększa powierzchnię wydzielania serwatki i ułatwia osuszenie. W końcowym stadium obróbki podnosi się temperaturę zawartości kotła czy wanny przy pomocy pary do 38°-59°C w zależności od rodzaju sera.

Dostatecznie osuszoną i ogrzaną masę serową formuje się albo przez wyciągnięcie całej

zawartości kotła jednorazowo chustą serowarską (ser ementaliski), albo przez nalewanie do form (ser tyłżycki), albo przez nadanie odpowiedniego kształtu masie na dnie wanny (ser edamski). Włożona do form masa serowa wydziela z siebie w dalszym ciągu serwatkę — bądź pod wpływem własnego ciężaru (sery miękkie), bądź pod działaniem prasy (sery twarde). Po ocieknięciu serwatki sery są solone przez nacieranie ich powierzchni solą, lub przez moczenie w roztworze solnym. Sól nadaje smak, ułatwia utworzenie skórki na powierzchni, powoduje dalsze odwadnianie, a zarazem wpływa na procesy fermentacyjne.

Wysolone sery są przenoszone do dojrzewalni, gdzie w odpowiedniej temperaturze (ok. 15°C) i wilgotności (90%) poddaje się je zabiegom pielęgnacyjnym. Polegają one na odwracaniu, myciu i masowaniu. Okres dojrzewania sera trwa w zależności od wielkości i rodzaju od paru tygodni do 8-10 miesięcy. W tym czasie pod działaniem różnych grup drobnoustrojów i ich enzymów, oraz fermentu podpuszczkowego, następuje w serze cały szereg skomplikowanych przemian chemicznych. Jednym z widocznych przejawów tych procesów są oczka w serze, powstające pod działaniem gazów (głównie CO₂), wydzielanych przy procesach fermentacyjnych.

Rodzaje i typy serów

Istnieje wielka różnorodność rodzajów i typów sera różniących się między sobą wielkością, kształtem, wagą, smakiem i zapachem, okresem dojrzewania itp. Produkowane w Polsce sery mają nazwy, wskazujące nie na pochodzenie sera, lecz na technikę jego wyrobu. Zasada ta obowiązuje wszędzie i mimo tego, że sery danego typu są produkowane w różnych krajach — zachowują jednakowe nazwy. I tak np. produkuje się u nas ser ementaliski, edamski i limburgski co oznacza, że technika ich wyrobu została oparta na wzorach szwajcarskich, holenderskich i belgijskich i ma za cel produkcję serów możliwie zbliżonych do pierwotnego wzoru.

Produkujemy następujące rodzaje serów podpuszczkowych:

1. Twarde — cechy charakterystyczne: zawartość wody ok. 35%, sucha skórka, miąższ oczkowany, twardy, elastyczny; długi okres dojrzewania: od 3 miesięcy w górę; nadające się do dłuższego przechowywania.
 - a) Typ ementaliski: waga jednego sera 60 — 120 kg; zużycie mleka na jeden ser do 1400 litrów. Kształt — kamień młyński o średnicy 70 — 80 cm i wysokości 12 — 15 cm. Okres dojrzewania 6 — 10 miesięcy. Cechy dobrego sera: smak i zapach łagodny, słodkawy, orzechowy o zapachu czystym. Oczka regularne, okrągłe, wielkości czereśni, rozmieszczone rzadko ale regularnie, w kierunku skórki bocznej nieco mniejsze.
 - b) Typ grojer: waga jednego sera 25 — 50 kg; kształt — kamień młyński o średnicy 50 — 55 cm i wysokości 10 — 12 cm. Okres dojrzewania 6 — 10 miesięcy. Cechy dobrego sera zbliżone do ementaliskiego z tą różnicą, że oczka nie powinny przekraczać wielkości małej wiśni.

- c) Typ edamski: waga 2,3 — 2,7 kg; kształt — kula lekko spłaszczona o średnicy 17 cm i wysokości 16 cm, okres dojrzewania — 3 miesiące.

Cechy dobrego sera — smak i zapach czysty, łagodny, najwyżej o lekko kwaśnym posmaku. Oczka okrągłe, wielkości grochu polnego, zmniejszające się ku skórcie, rozłożone rzadko, ale regularnie.

2. Sery półtwarde — cechy charakterystyczne: zawartość wody 40%, miąższ oczkowany (oczka lekko spłaszczone), elastyczny, niezbyt twardy.
 - a) Ser tyłżycki: waga 4,5 — 5,0 kg, kształt — płaski cylinder o średnicy 23 — 26 cm i wysokości 9 — 12 cm. Okres dojrzewania 3 miesiące.

Cechy dobrego sera: smak pikantny, nie za ostry, zapach czysty lub lekko kwaśny. Oczka regularne, okrągłe lub nieco spłaszczone, nie większe od czarnej jagody, niezbyt rzadko rozmieszczone.

- b) Typ trapiistów — waga 1,0 — 1,2 kg; kształt płaski cylinder o średnicy 15 — 17 cm i wysokości 7 — 8 cm. Okres dojrzewania 6 tygodni. Cechy dobrego sera: smak i zapach czysty, łagodny, lekko kwaśny. Oczka zupełnie regularne, okrągłe lub lekko spłaszczone, wielkości łebka szpilki, rozmieszczone gęsto i równomiernie.

3. Sery miękkie — cechy charakterystyczne: zawartość wody ok. 50%, miąższ bez oczek, dający się smarować. Krótki okres dojrzewania. Smak i zapach bardziej pikantny i ostry niż serów poprzednich. Nietrwałe i łatwo przejrzejające, specjalnie w wysokich ciepłotach.
 - a) Typ camembert — waga 1 sera ok. 0,3 kg; kształt — płaski cylinder o średnicy 10 — 11 cm i wysokości 3 — 5 cm; okres dojrzewania 4 tygodnie.

Cechy dobrego sera: smak łagodny, miąższ bez oczek, kremowy, smarowny, skórka delikatna, żółtawa z zalewem czerwieni.

- b) Typ limburgski — waga 0,6 — 1,2 kg; kształt — cegiełka o wymiarach 15×15×6 cm. Okres dojrzewania 4 — 6 tygodni.

Cechy dobrego sera: smak pikantny, miąższ bez oczek, miękki bez surowego jadra.

- c) Typ romadur — jak limburgski, tylko 1/2 jego wielkości.

4. Sery topione stanowią produkt niejako wtórny, powstający z topienia w. w. serów. Masę serową z serów dojrziałych miele się na młynkach i walcach, po czym pasteryzuje się i przy pomocy specjalnych emulgatorów i mieszadeł zamienia w jednolitą, płynną masę. Masę tę wylewa się za pomocą automatu do form wyłożonych folią. Stwarza to możliwość nadawania różnych kształtów i wagi poszczególnym serkom. Zależnie od surowca, który uległ stopieniu, sery topione mają nazwy: topiony ser ementaliski, edamski lub tyłżycki. Sery powstałe ze stopienia różnych typów — mają nazwę „ser topiony” lub „ser topiony z kminkiem”, o ile do masy dodano kminku.

5. Sery owcze:

- a) bryndza — sprzedawana na wagę lub w opakowaniu w pergamin. Smak: ostry i słony, zapach silny, charakterystyczny.

- b) oszcypki — waga jednego sera ok. 0,5 kg. Kształt wrzeciona o średnicy 6 — 8 cm, na skórcie wycinane wzory. Ser poddawany wędzeniu.

Cechy dobrego sera — skórka gładka, żółta, miąższ twardy z małymi oczkami, smak ostry.

6. Sery twarogowe — wyrabiane zazwyczaj z mleka odtłuszczonego, nietrwałe.

- 1) Dojrzewające — twaróg poddawany dojrzewaniu.

- a) kwargle — waga 1 serka ok. 30 g, przy średnicy 5 — 6 cm i wysokości 1,5 cm. Okres dojrzewania 2 tygodnie.

Cechy dobrego sera: smak ostry, zapach silny, właściwy stopień zgliwienia.

- b) ser smażony: sprzedawany luzem na wagę, o różnym smaku i zapachu, zależnie od stosowanych dodatków.

2) Niedojrzewające.

- a) twaróg krajany w kostki, formowany w kształcie kliników, lub sprzedany na wagę — zawartość wody do 65%.

- b) twarożek formowany w kostki o wadze $\frac{1}{4}$ i $\frac{1}{2}$ kg, zawartość wody do 80%, smarowny, nadający się do mieszania z wszelkimi przyprawami.

Zarówno twaróg jak i twarożek powinny wykazywać właściwą im smarowność i pastowatość. Smak i zapach czysto kwaskowaty, wolny od obcych smaków i zapachów.

Na zasadzie oceny przeprowadzonej przez techników Centrali Spółdzielni Mleczarsko-Jajczarskich sery twarde i półtwarde klasyfikowane są na 5 gatunków, z których I, II i III znajdują się w obrocie; sery miękkie na gatunki I i II. Pozostałe sery nie podlegają klasyfikacji, ale muszą być ocenione jako jadalne. Ocena serów jest trudna i wymaga dużej znajomości rzeczy. Bierze się przede wszystkim pod uwagę smak i zapach, a następnie inne cechy, jak oczkowatość, konsystencja, barwa, stopień wysolenia i wykończenia. Cechy sera bardziej zbliżone do charakterystycznych dla danego typu kwalifikują go do wyższego gatunku.

Celem ułatwienia konsumentom orientowania się w gatunkach sera, CSMJ wprowadziła barwne etykiety, przy czym kolor czerwony oznacza ser I gatunku, zielony — II i granatowy — III-go.

Niezależnie od rodzajów typów i gatunków sery znajdujące się obecnie w naszym obrocie krajowym dzielą się na:

tłuste — zawierające co najmniej 40% tłuszczu w suchej masie,

półtłuste — zawierające co najmniej 20% tłuszczu w suchej masie,

chude — zawierające co najmniej do 10% tłuszczu w suchej masie.

Na etykiecie sera, ocenionego przez CSMJ, są wymienione wszystkie dane, określające typ, gatunek, zawartość tłuszczu w suchej masie, miejsce produkcji, datę oddania do sprzedaży.

Sery ementalne i grojery są nieparafinowane i przy pomocy pieczątki kauczukowej; mają odbite dane wprost na skórce, pozostałe sery twarde i półtwarde mają etykiety naklejone na skórce sera, po czym wraz z etykietą są parafinowane. Parafina jest bezbarwna, a jedynie kolor etykiet wskazuje na gatunek sera.

Ponieważ cena sera jest uzależniona w obrębie danego typu od jego gatunku, zatem kupowanie serów bez etykiet naraża nabywcę na ewentualność zapłacenia wysokiej ceny za lichy produkt. W cenniku urzędowym Ministerstwa Handlu Wewnętrznego jest podana cena sera IV gatunku. Jest to właśnie cena dla serów bez etykiet. Stąd wniosek, że jedynie kupno sera ocenionego, a zatem opatrzonego znakiem CSMJ, daje pewność zakupu produktu gwarantowanej jakości.

Ser I gatunku posiada wszystkie cechy charakterystyczne dla danego typu, — stąd jego wysoka cena. Ser II gatunku ma drobne odchy-

lenia smakowo - zapachowe i pod względem oczkowatości. Ser III gatunku posiada już wady zarówno smaku i zapachu jak i oczkowatości, konsystencji, stopnia wysolenia i wykończenia.

Cena serów jest uzależniona od: jakości mleka użytego do wyrobu ilości mleka potrzebnego na wyprodukowanie jednego kilograma sera, oraz okresu dojrzewania — stąd wysoka cena serów twardych z ementalnym na czele, poprzez pośrednią cenę serów półtwardych aż do stosunkowo niskich cen serów miękkich.

Przy zakupie sera należy pamiętać, że najwyższą wartość odżywczą, przy jednakowej zawartości tłuszczu, mają sery twarde (jako zawierające najmniej wody), dalej idą sery półtwarde i miękkie.

Skład chemiczny i wartości odżywcze serów i twarogu w porównaniu z innymi pokarmami białkowymi, podaje poniższe zestawienie:

Nazwa produktu	Woda	Białko	Tłuszcz	Sole miner	Cukier	wartość kaloryczna 1kg
Ser twarowy pełnotłusty	35,0	26,0	32,0	5,0	2,0	4,300
Ser twarowy chudy	46,0	35,0	10,0	5,0	4,0	2,915
Ser twarogowy pełnotłusty	64,0	14,0	18,0	1,5	2,5	2,440
Wieprzowina	47,4	14,54	37,34	0,7	—	4,070
Wołowina tuczona	53,0	16,80	29,2	1,1	—	3,400
Wołowina chuda	76,40	20,7	1,7	1,5	—	1,010
Jaja	73,6	12,6	12,10	1,12	—	1,670
Śledzie	74,67	41,55	9,03	1,80	—	1,470

Sery, dzięki dużej zawartości białka, posiadają wysoką wartość odżywczą, przy czym posiadają też cenny składnik wapń, a białko ich, strawne z natury, staje się dzięki przerobieniu go w czasie dojrzewania sera jeszcze strawniejsze.

Sery podpuszczkowe znajdują zastosowanie przede wszystkim jako dodatek do chleba. W kuchni — raczej jako przyprawy. Niedoceniane są u nas dotąd sery twarogowe niedojrzewające, jak twaróg i twarożek, które są odżywcze, tanie i smaczne i mogą być stosowane niezwykle wszechstronnie. Podajemy poniżej kilka przepisów na potrawy z twarogu (porcje obliczone na 4 osoby).

1. Twaróg z ziemniakami w mundurach:

1 kg twarogu wymieszać starannie z kilku łyżkami mleka, dodać do smaku soli i trochę kminu. Podać się do tego ziemniaki w mundurach, można również posiłek uzupełnić sałatą.

2. Placki z twarogu:

125 g twarogu, 125 g płatków owsianych, 2 jajka, 5 łyżek stołowych mąki, 40 g masła, cebula, pieprz, sól.

Płatki owsiane namoczyć w mleku (20 minut). Jednocześnie usmażyć w niewielkiej ilości tłuszczu pokrajane cebule, wymieszać z twarogiem, dodać trochę pieprzu, soli, 2 jajka, mąkę i rozmoczone płatki. Kłaść łyżką małe ilości ciasta na rozgrzaną patelnię, rumienić na obie strony na złoty kolor. Podawać z jarzynami lub sałatą.

3. Sałata z ziemniaków w sosie twarogowym:

250 g miękkiego twarogu, 1 szklanka kwaśnej śmietany lub mleka, cebula, oliwa, szczypiorek, 1 kg ziemniaków.

Ziemniaki ugotować dzień naprzód, lub zużytkować resztkę ziemniaków. Twaróg wymieszać ze śmietaną lub mlekiem i przetrzeć przez sito. Wymieszać z drobno pokrajaną cebulą, dodać oliwę i szczypiorek. Ziemniaki pokrajać w talarki, wymieszać z sosem, przyprawić solą.

4. Galaretką z twarogu:

250 g niekwaśnego twarogu, szklanka mleka, cukier do smaku, 8 listów żelatyny białej, 2 łyżki wody, trochę proszku waniliowego.

Twaróg przetrzeć przez sito, wymieszać z mlekiem i cukrem, dodać rozpuszczoną w wodzie żelatynę. Masę wylać do popłukanych zimną wodą filiżanek. Po zastygnięciu wyłożyć na

talerzyki, podawać z kompotem (najlepiej porzeczkowym) lub konfiturą.

Twarożek z najróżnorodniejszymi dodatkami, jak kminek, cebula, szczypiorek, pasta pomidorowa itd. stanowi doskonałą pastę do chleba.

Wszelkiego rodzaju sery należy, jak i inne artykuły nabiałowe, chronić przed ciepłem i słońcem, które przyspiesza wysychanie i jełczenie. Przechowywać je należy w pomieszczeniach chłodnych, zaciemnionych i przewiewnych. Dla zabezpieczenia przed wysychaniem należy sery zawijać w czyste płótno lub pergamin, namoczone w roztworze solnym.

W okresie letnim należy również zabezpieczyć sery przed muchami, chętnie składającymi w nich jaja, z których lęgną się larwy.

Mgr WITOLD DŁUŻNIEWSKI

Bary mleczne

W dniu 30 kwietnia 1949 r. jako Czyn Pierwszomajowy uruchomiono w Warszawie przy ul. Nowy Świat 49 pierwszy bar mleczny. Mówimy pierwszy bar mleczny, bowiem dotychczas istniejące od 1948 r. 3 bary mleczne na terenie kraju nie były w ścisłym tego słowa znaczeniu barami, lecz pijalniami mleka, czynnymi przy sklepach nabiałowych.

W Warszawie więc uruchomiono pierwszy bar mleczny, jako zakład żywienia zbiorowego, który wydaje do spożycia na miejscu posiłki w postaci przede wszystkim śniadań, składające się z mleka i jego przetworów we wszelkich postaciach, jaj i pieczywa.

Była to nowość. Pamiętamy dobrze z okresu przedwojennego, że bary wyrastały jak grzyby po deszczu... ale jakie bary? Zakładał bar Habermusch i Schiele, a czym prędzej Okocim robił im konkurencję; Browar Żywiecki starał się pokonać przeciwników wielkością i urządzeniem lokalu. Niezależnie od barów utrzymywanych przez wielkie browary cały szereg barów pomniejszych był przez nie finansowany pod warunkiem, że piwo i wódkę będzie nabywać tylko w firmie finansującej. Rosła ilość restauracyjek, knajp i szynków — co gorsza zawsze było w nich pełno. Był to obraz swego rodzaju. W godzinach pracy członkowie Rządu i ich przyjaciele siedzieli w kawiarni Europejskiej, a co mniejsi dyrektorzy, urzędnicy i kombinatorzy wszelkiego gatunku rozsiadali się w knajpach. Kiedy ci ludzie pracowali, z czego żyli... to był wielki znak zapytania. Wyjaśnieniem była nędza chłopów i robotnika.

Pijaństwo było wyraźnie popierane... „bumelanctwo“ z góry brało przykład. O potrzebie zdrowego i taniego posiłku dla szerokich mas pracujących nie myślał nikt. W przeciwieństwie do tych lat zanikają duszne wszelkiego rodzaju szynki, a ich miejsce zajmują bary mleczne. Fakt to oczywisty i nie wymaga żadnego komentarza. Inicjatywa CSMJ zakładania barów mlecznych została jak najlepiej przyjęta przez całe społeczeństwo. Świadczy o tym cy-

fry. W 1949 r. posiadaliśmy 60 barów, w 1950 ilość ta dojdzie do 185. Ilość miejsc jednorazowych wynosiła 480 miejsc, w 1950 r. wyniesie 1.800 miejsc, a ilość wydanych posiłków wzrośnie z 20.160 w roku ub. do 71.750 w r. b. Idąc konsekwentnie po obranej linii dojdziemy do określonego celu, którym jest osiągnięcie w 1955 roku: 900 barów mlecznych o jednorazowej pojemności 10.000 miejsc i 400.000 wydanych posiłków. Dotychczasowe osiągnięcia pozwalają nam sądzić, że ambitne cele zostaną w całości pełni osiągnięte. Okres pionierski r. 1949 jest już poza nami, a wyniki były nadspodziewane. Oczywiście nie była to rzecz prosta, lecz każdy szczegół został zanalizowany i przemysłany, zanim go wprowadzono w życie. Przy planowym rozmieszczeniu barów mlecznych wzięto pod uwagę przede wszystkim ośrodki przemysłowe i większe skupienia uczące się młodzieży.

Organizująca bary mleczne Centrala Sołdzielni Mleczarsko - Jajczarskich wychodziła z założenia, że zadanie barów mlecznych polega w pierwszym rzędzie na dostarczeniu taniego, zdrowego i świeżego pokarmu spieszącym do pracy, w czasie przerwy, wreszcie jako posiłek uzupełniający w ciągu dnia. Logicznie z tym założeniem powstało dążenie, aby bary mleczne otwierać w pobliżu fabryk, biur i uczelni. Znaleźnienie odpowiedniej ilości lokali od początku natrafiało na trudności. Lokal musi być dość duży, aby pomieścić kuchnię, chłodnię i urządzenie dla zmywania naczyń. Poza tym pomieszczenie dla konsumentów musi być dość obszerne, aby nie powstawał tłok. Jak wiemy w barach tych konsument ten sam się obsługuje tak dalece, że nawet gdzieś niegdzie kieruje się do niego prośbą, aby odnosił naczynia do zmywania. Wynika to z dążności, aby lokalom zapewnić jak największą przelotowość. Z tego też powodu nie ma miejsc siedzących, gdyż bar mleczny nie może być miejscem pogadanek ludzi, którzy mają dużo czasu do stracenia. Kilka miejsc siedzących jest przeznaczonych dla inwalidów, starców i chorych.

CSMJ oprócz pojedynczych dań wprowadziła tanie śniadania. Za ca 25 zł klient otrzymuje 1/6 litra gorącego lub zimnego mleka, bułkę ca 5 dkg z 1 dkg masła. Za ca 50 zł istnieją trzy typy śniadań, z których podamy jeden dla przykładu: 1/4 litra mleka, 2 bułki, 1 dkg masła, 2 dkg twarogu.

Otóż w porze porannej, gdy ruch jest największy wydaje się tylko znormalizowane śniadania. W ten sposób wzrasta tempo obsługi konsumenta i rośnie przelotowość lokalu.

Ceny jak widzimy są zastanawiająco niskie. Osiąga się je opierając na marży 60% od ceny nabycia hurtowego z tym, iż w tej marży figuruje już podatek konsumpcyjny i obrotowy.

Dopiero, gdy uwzględnimy tę niezmiernie niską kalkulację zrozumiemy jakiego wysiłku wymaga osiągnięcie obrotu, które w 1949 r. (przy 60 barach) wynosiły przeciętnie 15.000 zł w jednym barze, co stanowi 4 i 1/2 milj. zł przeciętnego obrotu rocznego dla 1 baru, a 270 milj. zł dla wszystkich barów. W roku bież. przy 185 barach obroty te odpowiednio wzrosną i wyniosą: przeciętny obrót dzienny 1 baru 20.000 zł, przeciętny obrót roczny jednego baru 6 milj. zł obrót ogólny na koniec roku 1.110 milj. zł. To są przewidywania. W zamierzeniu krajowym na r. 1955 przewidujemy przypuszczalnie przy 900 barach przeciętny obrót dzienny 1 baru 30.000 zł, przeciętny obrót roczny 1 baru 9 milj. zł i ogólny obrót na koniec roku 8.100 milj. zł.

Gdy zakładaliśmy bary w 1949 r. przewidywaliśmy, że obsłużą one 6 milj. osób, rzeczywistość wykazała nam jednak, że liczba ta została przekroczona. Sądzić należy, że liczba 20 milj. obsłużonych przeciętnie na rok bieżący również została oceniona zbyt nisko.

Powstawanie barów mlecznych w roku 1949 było dość dorywcze — jak zaznaczyliśmy był to rok doświadczeń. Obecnie po uzyskaniu całkowitej pewności powodzenia wprowadzając nowe bary kierujemy się także pewnymi założeniami geograficznymi, które nam zilustruje najlepiej poniżej umieszczona tabela.

Bary mleczne	Rok 1949	Rok 1950	Rok 1955
1. m. st. Warszawa	4	17	100
2. m. Łódź	2	8	70
3. Białystok woj.	2	5	32
4. Gdańsk	2	11	65
5. Kielce	3	8	40
6. Kraków	6	18	60
7. Lublin	2	5	30
8. Łódź	4	16	70
9. Olsztyn	2	7	40
10. Pomorskie	6	15	60
11. Poznań	8	20	60
12. Rzeszów	1	3	25
13. Śląskie	7	19	98
14. Szczecin	7	17	50
15. Warszawskie	1	2	27
16. Wrocław	4	14	73
Razem	60	185	900

Co nam mówią te cyfry? W roku 1949 są szczególnie dobrze uposażone województwa

poznańskie, śląskie, szczecińskie, krakowskie i pomorskie. Zastanawiająca jest daleka lokata Warszawy, a zwłaszcza Łodzi. Nie jest to podyktowane ani charakterem zatrudnienia mieszkańców, ani skupieniem, ani zagadnieniem transportu. Po prostu tak się złożyło. Plan, który CSMJ zamierza wprowadzać w życie te dysharmonie likwiduje. Silniejszy nacisk kładzie się na miejscowości upośledzone. W końcowym wyniku zdecydowanie na pierwszym miejscu znajdują się województwa o dużych miastach i licznych skupieniach robotniczych.

Apolegeci inicjatywy prywatnej dużo i chętnie opowiadają o tym, że sklepy państwowe i spółdzielcze idą po linii najłżejszego oporu, że brak im inicjatywy. Bary mleczne są jaskrawym zaprzeczeniem tych poglądów. Co więcej nie tylko powstanie barów, nie tylko ich technika obsługi, ale i asortyment towarów wskazują na troskę o jak najdoskonalsze zaspokojenie konsumenta. Dotychczasowy asortyment w barach mlecznych przewidywał około 20 pozycji o przeciętnej cenie 32 zł. Obecnie asortyment ten został powiększony przez wprowadzenie artykułów tzw. galanterii mleczarskiej (maślanka, mleko kakaowe, kefir, lody).

Podane przez nas informacje zarówno dotyczące przeszłości, jak też i charakteryzujące zamierzenia w dostatecznym stopniu wprowadzają nas w istotę zagadnienia. Mówią nam o tym, że bary mleczne są rzeczą poważną, pozycją, która w masowym odżywianiu ludności zajmuje już teraz niepoślednie miejsce, a stopniowo zajmować będzie coraz bardziej znaczne.

Jakie są zasadnicze cechy barów?

Przede wszystkim są to **miejsca świeżego i zdrowego posiłku.**

Robotnik, pracownik umysłowy, uczeń — nie jest skazany jak ongiś na to, aby posilać się po jadłodajniach karmiących źle i niezdrowo. Bar daje mu najlepszy posiłek, niezbędny dla każdego organizmu.

Po drugie to są **miejsca najtańszych posiłków.**

Co i gdzie można dostać taniej o tej samej wartości i w tym samym gatunku.

Te dwie zasadnicze cechy barów doskonale zrozumiało nasze społeczeństwo.

Wejdźmy do baru: cóż za doskonała publiczność!

Nie ma snobów, są ludzie pracy. Robotnik obok nauczycielki, uczeń obok urzędnika. Cicho, sprawnie, bez niepotrzebnego gadania otrzymują wszyscy swoje posiłki.

Bary mleczne to wspaniały przykład społecznego pojmowania inicjatywy handlowej. Wydawałoby się, że są nieledwie instytucją społeczną, ale wiemy, że opierają się o zdrową kalkulację kupiecką.

Tak właśnie być powinno.

Socjalizm prowadzi nas po drodze pełnego uspołecznienia... polegającego na tym, że wszyscy pracują dla wszystkich, a zysk nie jest pokryciem wyzysku.

Niezależnie od swego znaczenia zdrowotnego, od stanowiska w dziedzinie masowego odżywiania bary mleczne to kapitalna pozycja pedagogiczna i propagandowa. Ona jaskrawo pokazuje nam różnicę pomiędzy wczoraj i dziś.

Wczoraj — szynk, dziś — bar mleczny.

SABINA WITKOWSKA

Drugie śniadania szkolne

Niedożywienie dzieci szkolnych wpływa w większości wypadków z wadliwej organizacji żywienia dziecka w tym okresie i wiąże się głównie z **pierwszym i drugim śniadaniem**. Dziecko idące do szkoły otrzymuje najczęściej na I śniadanie: kawę, herbatę, czasem mleko i do tego bułkę lub chleb smarowany. Podobnie wygląda II śniadanie zabierane do szkoły, które składa się z pieczywa z dodatkami, uzależnionymi często od zamożności rodziców, a do tego czasem jabłko, napój lub cukierki.

Jeżeli weźmiemy pod uwagę fakt, że dziecko spożywa I śniadanie po długiej przerwie nocnej, trwającej od 9 do 11 godzin, a obiad otrzymuje często około godziny 16-ej, a nawet i później, to widzimy jasno, że nie jest ono w stanie pokryć swego zapotrzebowania w tym czasie przy pomocy szklanki kawy, herbaty czy nawet mleka i 2—3 kromek chleba choćby z dodatkami.

Ponieważ godziny lekcyjne są dla dziecka równoznaczne z godzinami jego największego wysiłku, konieczne jest więc podtrzymanie jego energii przez podanie na I i II śniadanie takich potraw czy produktów, które pokryłyby zapotrzebowanie kaloryczne i dostarczyły odpowiednich składników odżywczych. **Pierwsze i drugie śniadanie powinny dostarczyć dziecku około 45% kalorii i składników dziennego zapotrzebowania.**

Ponieważ wydajność pracy dziecka po 3-4 godzinach lekcyjnych zaczyna spadać, konieczne więc jest podanie w tym czasie II śniadania szkolnego.

Drugie śniadania szkolne w dużym stopniu wpływają na sprawność fizyczną i umysłową dzieci, jak również i na wydajność pracy w szkole, co zostało stwierdzone zarówno przez lekarzy szkolnych jak i personel pedagogiczny. Dziecko nie nakarmione właściwie na I i II śniadanie, wraca ze szkoły zmęczone i tak przegłodzone, że często nie ma już wcale apetytu na spożycie obiadu. W związku z tym należy w pierwszym rzędzie zmodyfikować śniadanie pierwsze, które dziecko otrzymuje w domu i bezwzględnie wprowadzić pełnowartościowe II śniadanie szkolne dla wszystkich dzieci.

Dziecko na I śniadanie powinno otrzymywać zupy mleczne, do tego chleb z masłem lub marmeladą czy miodem i jeśli to możliwe—owoce.

Przykładowe zestawienie I śniadań dla dzieci szkolnych

1. Płatki owsiane na mleku, chleb z masłem i serem (owoce sezonowe).
2. Zacierki na mleku, chleb Graham z marmeladą (owoce sezonowe).

Wczoraj wysiadanie godzinami — dziś szybkie spożycie i praca.

Wczoraj marnowanie sił i pieniędzy — dziś zdobycie zdrowia i oszczędzanie na rozumne zakupy.

Można być entuzjastą barów mlecznych.

3. Kasza jaglana lub inna na mleku, chleb Graham z masłem i plasterkami pomidorów lub ogórków kiszonych.
4. Kluski lane na mleku, chleb Graham z masłem i pastą pomidorową lub sezonowymi owocami.
5. Zupa z dyni z zacierkami, chleb Graham z masłem (owoce sezonowe).
6. Kasza manna na mleku, chleb Graham z masłem i rzodkiewką.

Aby dziecko chętnie zjadło pierwsze śniadanie, należy w pierwszym rzędzie uregulować godziny jego snu. Dziecko niewyspane wstaje niechętnie, zazwyczaj zbyt późno i nie ma już czasu na spokojne zjedzenie śniadania. Przy planowaniu II śniadań szkolnych należy dążyć do tego, aby skład tych śniadań był do siebie zbliżony, gdyż obecnie zarysowują się jaskrawe różnice na plus lub minus zależnie od przedsiębiorczości poszczególnych Komitetów Rodzicielskich i warunków lokalowych. W związku z tym wypracowanie jadłospisów przeciętnych, tak pod względem wartości odżywczej jak i ceny, staje się konieczne.

Przystępując do planowania jadłospisów II śniadań szkolnych, musimy zwrócić uwagę na różnicę, jaka zachodzi przy planowaniu posiłków codziennych i przy planowaniu posiłków, przeznaczonych na tzw. dożywianie.

Planując jadłospis całodzienny, musimy pamiętać o tym, aby **pokryć całkowite zapotrzebowanie dziecka na składniki odżywcze** i zaspokoić uczucie głodu w ramach całego dnia.

Planując II śniadanie szkolne musimy z jednej strony zdać sobie jasno sprawę z **zapotrzebowania dziecka na składniki odżywcze w danym wieku**, z drugiej strony — **poznać braki i błędy żywienia domowego.**

Zadaniem II śniadań szkolnych powinno więc być uzupełnienie braków i usuwanie błędów żywienia domowego przez stosowanie produktów o specjalnie wysokiej wartości odżywczej. Dlatego też w jadłospisach szkolnych **należy w pierwszym rzędzie stosować produkty ochronne takie, jak: mleko i przetwory z mleka, jaja, produkty mięsne, mięso i ryby, jarzyny głównie zielone i pomarańczowe, owoce i tran.** Tran lub preparaty tranowe stosujemy w okresie zimy przede wszystkim dla dzieci w żłobkach i przedszkolach.

Produkty ochronne należą do niezbędnych w żywieniu dzieci, zarówno małych jak i starszych. Brak produktów ochronnych w diecie dziecka powoduje zahamowanie rozwoju i odbija się bardzo niekorzystnie na stanie zdrowia.

Ponieważ celem drugich śniadań jest nie tylko dostarczenie dziecku ważnych składników odżywczych, ale i zaspokojenie uczucia głodu, należy w jadłospisach łączyć produkty ochronne z energetycznymi, a więc, np. mleko z chlebem, twaróg z makaronem, mięso z ziemniakami i kaszą, a do tego dodawać jarzyny i owoce.

Planując jadłospisy II śniadań szkolnych, musimy również wziąć pod uwagę wiek dzieci, porę roku i warunki lokalowe. Jadłospis ułożony dla dzieci przedszkolnych, musi różnić się od jadłospisu dla uczniów ze szkół zawodowych, a jadłospis wiosenny od zimowego.

Należy dołożyć wszelkich starań, aby wykozystać w pełni produkty sezonowe, a zwłaszcza jarzyny i owoce. Niektóre jarzyny i owoce kryją w sobie tak wielkie bogactwo soli mineralnych i witamin, a zwłaszcza witaminy C, że niewykorzystanie ich w porę jest niepowetowaną stratą.

Jadłospis dla szkoły posiadającej wyposażoną kuchnię może uwzględniać potrawy gotowane, złożone z jarzyn, mięsa, zup itp. gdy tymczasem jadłospis dla szkoły rozporządzającej kuchenką podręczną może przewidywać jedynie dodatki do pieczywa i mleka.

Aby uzyskać jednak posiłek pełnowartościowy, należy dążyć w każdym wypadku, aby jadłospis zawierał:

1. produkt białkowy pod postacią mleka, sera, jaj, podrobów, mięsa, ryb, wędlin itp.,
2. jarzyny i owoce — głównie pod postacią surówek,
3. produkty energetyczne (chleb razowy, żytni i pszenny, kasze grube, ziemniaki, tłuszcz),
4. masło surowe.

Przykładowe zestawienie II śniadań dla szkół, w których nie ma kuchni o pełnym wyposażeniu:
Okres wiosenny (kwiecień, maj, czerwiec)

1. Chleb pszenno-razowy z masłem i rzodkiewką, mleko
2. Chleb z masłem i twarogiem z dodatkiem surowych rzodkiewek i młodej cebulki, maślanka lub mleko
3. Chleb razowy z masłem, szczypiorkiem i jajem półtwardym, mleko zsiadłe roztrzepane z mleka w proszku
4. Bułka z masłem i kiszką z krwi lub kiszką wątrobianą, napój z marchwi i rabarbaru lub kompot z owoców świeżych
5. Chłodnik z siadłego mleka ze śmietaną, jajem i rzodkiewkami, bułka
6. Chleb z masłem i jajem lub wędliną, surówka z sałatą zieloną, rzodkiewek i szczypiorku ze śmietaną, mleko.

Okres jesienno-zimowy

1. Chleb sitkowy z masłem i rybą wędzoną, pomidor lub ogórek kiszony. Kompot z owoców gotowanych.
2. Bułka z masłem i twarogiem z dodatkiem marchwi, rzodkiewki, śmietany i szczypiorku, mleko gorące,
3. Chleb Graham z masłem i kaszanką lub kiszką z krwi, surówka z włoskiej kapusty z jabłkami i ogórkiem kiszonym. Kawa z mlekiem.
4. Bułka z twarogiem słodkim z dodatkiem cukru, jaj i śmietany, kakao lub kawa z mlekiem, owoce surowe.

Przykładowe zestawienie II śniadań dla szkół posiadających kuchnię szkolną:

Okres wiosenny (kwiecień, maj, czerwiec)

1. Zupa ziemniaczana ze szpinakiem i zieleniną, podprawiana śmietaną, chleb z masłem i twarogiem.
2. Podroby w potrawce lub wątroba osmażana, ziemniaki, sałata zielona, chleb z marmeladą.
3. Chłodnik z zsiadłego mleka, ziemniaki ze słoniną.
4. Szpinak lub sałata zielona z jajem gotowanym, kasza jęczmienna na sypko, mleko słodkie lub zsiadłe roztrzepane.

Okres jesienno-zimowy

1. Barszcz ukraiński na mięsie z fasolką podprawiany śmietaną, chleb z serem.
2. Dorsz smażony lub pieczony lub kotlety mielone z dorsza, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z fasolką i cebulą z dodatkiem tartej marchwi. Kawa z mlekiem.
3. Zupa z dyni na mleku z zacierkami. Chleb pszenno-razowy z masłem i plasterkami pomidorów lub ogórków kiszonych.
4. Zupa jarzynowa z fasolą. Chleb z masą z surowej wątroby i śledzia, napój ciepły z żurawin i marchwi.

Podział jadłospisów na wiosenne i jesienno-zimowe, nie wyklucza jednak stosowania niektórych jadłospisów w obrębie całego roku.

Jeśli przy stosowaniu jadłospisów wyłonią się trudności w otrzymaniu niektórych produktów, można je zastąpić innymi, ale w ramach tych samych grup, do których należą. Przez niewłaściwą zamianę możemy naruszyć w jadłospisie równowagę wszystkich składników i zupełnie zmienić jego wartość.

W okresie zimowym i na przedwiośnie napotykamy na poważne trudności w zaopatrzeniu dzieci w witaminę C, dlatego też w tym okresie należy zwrócić szczególną uwagę na dobór produktów i ochronę witaminy C w czasie przyrządzania potraw.

Proszek cytrynowy, zawierający syntetyczną witaminę C, powinien być szeroko stosowany w tym okresie jako witaminowa przyprawa do surówek, sałat, kompotów z owoców suszonych, napojów, zup, np. do barszczu, botwinki itp. Należy go dodawać do potraw zimnych lub dobrze przestudzonych, gdyż witamina C rozkłada się pod działaniem wysokiej temperatury. Należałoby również podawać do picia herbatę z suszonego głogu dzikiej róży, która jest bardzo bogatym źródłem witaminy C. W związku z tym należałoby przeprowadzić wśród dzieci akcję zbioru głogu i odpowiedniego suszenia. Ani jeden krzak dzikiej róży nie powinien pozostać z owocami niezebrany. Terenem tej akcji byłaby przede wszystkim wieś.

Do niezbędnych produktów w żywieniu dziecka należą **jarzyny**, dlatego też należy dołożyć wszelkich starań, aby występowały w jadłospisach. Odnosi się to zwłaszcza do terenów wiejskich, gdzie zakres uprawy jarzyn jest raczej jednostronny i niewystarczający. Powszechna akcja ogródków warzywnych przyczyni się niewątpliwie do radykalnych zmian w tej dziedzinie. Aby rozwiązać sprawę dostawy jarzyn do wiejskiej kuchni szkolnej, Komitet Rodzicielski winien wejść w porozumienie z Ośrodkiem Rolniczym lub Spółdzielnią Rolniczo-Produkcyjną,

lub też nałożyć pewne kontyngenty uprawy jarzyn na rodziców mających dzieci w szkole, przedszkolu, żłobku czy dziecińcu. Jarzyny by-
łyby płatne wg cen rynkowych. Do akcji upra-
wy warzyw na rzecz drugich śniadań szkolnych należy wciągać również dzieci i wykorzystać ogródki szkolne, nieużytki przyległe do szkoły, zaofiarowane działki itp.

PRZYKŁADOWE JADŁOSPISY II ŚNIADANIA SZKOLNEGO

Chleb Graham z masłem i twarogiem z dodatkiem rzodkiewek i szczypiorku, mleko lub maślanka. (Okres wiosenno-jesienny)

Nazwa produktu	Ilość w g na 1 dziecko	Koszt prod. na 1 dziecko	Kalorie	Białko g	Wapń mg	Żelazo mg	Wit. A. j. mn.	Wit. B ₁ mikro- gram.	Wit. C. mg
Chleb Grahama	200	10	500	17	114	3,6	—	370	—
masło	10	7,4	74,5	0,05	1,5	0,01	400	0	—
twaróg	50	7	50,5	9,6	60	0,23	—	100	0
śmietana	20	6	41,6	0,58	19,4	—	166	6	0,1
szczypiorek i cebula	10	3	2,8	0,07	10,8	0,1	18,6	1,6	1,6
rzodkiewki	50	7,5	3,5	0,25	11	0,5	0	15	7,5
mleko	250	11,25	157,5	8,2	300	0,25	350	112,5	2,5
		52,15	830,4	35,75	516,7	4,69	934,6	605,1	11,7

Chleb pszenny razowy z masłem i szprotkami, pomidor lub surówka z kiszzonej kapusty, kawa z mlekiem (okres jesienno zimowy)

Chleb	200	10	500	17	114	3,6	—	370	—
masło	20	14,8	149	0,1	3	0,02	800	0	0
szprotki wędz.	50	11,7	27,8	4,9	13	0,5	45,5	3,5	0
pomidory	100	10	12,2	0,8	11	0,3	850	51	21
mleko do kawy.	150	7,5	94,5	4,95	180	0,15	105	67,5	1,5
cukier	20	3,7	76	0	0,2	0	0	0	0
kawa	10	—	—	—	—	—	—	—	—
		57,7	859,3	27,75	321,2	4,57	1800,5	492,0	22,5

Zupa ziemniaczana ze szpinakiem podprawiana śmietaną. Chleb z masłem i twarogiem (okres wiosenno-jesienny)

Jarzyny mieszane	50	3,50	8	0,65	33,9	0,61	303	24,6	10
ziemniaki	300	3,60	165	4,5	18	1,5	0	270	69
ślonina	5	1,75	38	0,19	0,1	0,03	—	—	—
mąka pszenna	5	0,49	17,5	0,65	0,65	0,09	0	3,45	0
śmietana	30	9	62,4	0,87	29,1	0,02	249	9	0,3
szpinak	25	1,5	4	0,5	—	0,75	812	19,25	12,25
zielenina (koper, zielona pie- truszką do twarogu)	10	1	2,4	0,29	21,65	0,45	225	6,8	8,3
chleb	150	7,5	375	12,75	85,5	2,7	0	277,5	0
masło	10	7,4	74,5	0,05	1,5	0,01	400	0	0
twaróg	50	7	50,5	9,6	60	0,23	—	100	—
		42,74	797,3	30,05	250,40	6,39	1989	710,60	99,85

Do obliczeń kosztu śniadań przyjęto cennik warszawski z okresu jesienno-zimowego 1949 r. Wartość odżywcza jadłospisów obli-
czono na podstawie tabeli „Wartości odżywcze środków spożywczych z okresu wojny” wydanych przez Lek. Instytut Naukowo-
Wydawniczy w 1947 r. w Warszawie.

Ponieważ obliczenie ilości produktów i ilości
kalorii nie daje nam pełnego obrazu wartości
odżywczej, obliczono w wyż. podanych jadło-
spisach także ilość białka, wapnia, żelaza, wit. A,
wit. B₁, wit. C, a więc tych składników, które
mają dla rozwoju dziecka największe znaczenie.
Aby zrównać pod względem wartości odżyw-
czej poziom jadłospisów we wszystkich szkołach,
tak opracowano przykłady, aby posiłki wydawa-
ne w różnych warunkach lokalowych, mogły
mieć tę samą lub bardzo zbliżoną wartość od-
żywczą i nie różniły się zbytnio w cenie.

Cel ten możemy osiągnąć przez staranne pla-
nowanie, staranny dobór produktów i obliczanie
wartości. Jadłospisy raz obliczone, mogą być
dalej powtarzane bez ponownych obliczeń, na-
wet gdybyśmy zastosowali niektóre produkty
wymienne w ramach grup.

Jadłospis obliczony daje nam obraz dostarczo-
nych składników i ułatwia kontrolę wartości
posiłku. Na podstawie tabeli obliczonego jadło-
spisu możemy sprawdzić, ile dostarczyliśmy
gramów pełnowartościowego białka (z produk-
tów zwierzęcych) i ile miligramów wapnia, że-
laza, czy też poszczególnych witamin.
Ponieważ nie zawsze uda się nam tak zesta-
wić produkty, aby zachować równowagę między
składnikami — jadłospisy następujące kolejno
po sobie powinny uzupełniać braki poprzednich.
A więc np. po jadłospisie zawierającym małe
ilości żelaza i wit. C. należałoby zastosować ja-
dłospis zawierający te składniki w większej
ilości. Posiłek zawierający jarzyny i podroby
mięsne doskonale uzupełniłby braki podanego
jadłospisu. Przeciętna ilość kalorii ok. 840, otrzy-
mana z jadłospisu, zapewnia dzieciom starszym

(12-15-letnim) ok. 30% dziennego zapotrzebowania. Jeśli do tego dodamy kalorie i składniki odżywcze z pierwszego śniadania, uzyskamy pożądane pokrycie w 45%.

Na zakończenie podajemy kilka przepisów potraw, wymienionych w artykule.

Zupa ziemniaczana ze szpinakiem

0,5 kg jarzyn mieszanych, 3 kg ziemniaków, 0,05 kg smalcu, 0,05 kg mąki, 0,3 kg śmietany, 0,25 kg szpinaku, 0,1 kg zieleniny.

Jarzyny oczyścić, opłukać, rozdrobnić (częściowo na grubej tarce, częściowo pokrajać), włożyć na wrzącą wodę i ugotować na pół miękko. Do podgotowanych jarzyn włożyć obrane, pokrajane w kostkę ziemniaki i ugotować razem do miękkości.

Z tłuszczu i mąki przyrządzić lekko rumianą zasmażkę, rozprrowadzić zimną wodą lub mlekiem, wlać do zupy i razem zagotować.

Na gorącą zupę rzucić starannie opłukany i posiekany szpinak i jeden raz zagotować lub nie gotować wcale. Ugotowaną zupę odstawić z ognia, dodać surową śmietanę i dużo siekanej zieleniny. Osolić do smaku. Zamiast szpinaku użyć można szczypior z młodej cebuli, liście porów i selerów, liście młodej kalarepy itp.

Zupę podawać z chlebem z masłem i serem, lub z chlebem z masłem i jajem.

Zupa ogórkowa — „witaminowa”

0,5 kg jarzyn (mięso), 3 kg ziemniaków, 0,1 kg mąki, 1 litr mleka, 0,3 — 0,5 kg śmietany, 0,5 kg ogórków kiszonych (sok), 0,1 kg zieleniny.

Jarzyny oczyścić, opłukać, rozdrobnić i ugotować na pół miękko. Jeśli gotujemy zupę na mięsie, to mięso nastawić wcześniej lub ugotować oddzielnie. Do podgotowanych jarzyn dodać obrane w kostkę ziemniaki i ugotować razem do miękkości. Mąkę rozprrowadzić zimnym mlekiem, wlać do ugotowanych jarzyn, razem zagotować.

Odstawić zupę z ognia, dodać starte na tarce lub pokrajane nierdzewnym nożem kiszone ogórki, śmietanę i osolić zupę do smaku. Przed podaniem dodać usiekaną zieloną pietruszkę i koper.

Do zupy podać chleb posmarowany masłem i obłożony jajem lub posmarowany masą mięsną.

Twarożek z rzodkiewkami i ogórkiem

0,5 — 1 kg twarogu lub sera białego, 0,2 kg śmietany, 0,05 kg szczypioru lub 0,1 kg młodej cebuli, 2 pęczki rzodkiewek, 2 ogórki świeże, sól, cukier, (liście sałaty zielonej, pomidory).

Ogórki umyć, obrać, pokrajać w paseczki lub kostkę, rzodkiewkę starannie opłukać, pokrajać w plasterki. Szczypior lub cebulę pokrajać drobno.

Ser lub twaróg rozetrzeć ze śmietaną lub mlekiem, dodać pokrajane surowe dodatki, wymieszać, doprawić solą i cukrem do smaku.

Używać do smarowania chleba.

Twarożek na słodko

Roztarty twaróg ze śmietaną lub mlekiem wymieszać z żółtkami i cukrem. Używać do smarowania bułek. Można również twaróg doprawić do smaku tylko cukrem, a kromki bułki posmarowane twarogiem pokryć z wierzchu dżemem lub marmeladą.

Masa z jaj

10 sztuk jaj, 0,1 kg szczypioru i cebulki, sól, 0,1 kg masła.

Ugotować jaja na pół twardo, obrać, posiekać, lub przepuścić przez maszynkę, dodać siekanego szczypioru i cebulę, surowe masło. Wszystko starannie wymieszać, osolić do smaku, używać do smarowania chleba.

Kakao na mleku sproszkowanym

2,5 litra wody, 0,34 dkg mleka, 0,03 — 0,05 kg kakao, 0,2 kg cukru.

Przygotować mleko w proszku, zagotować, przeceździć. Kakao wymieszać w garnuszku z częścią cukru, rozprrowadzić wrzącym mlekiem, zagotować, ośłodzić.

Do

Prenumeratorów naszego pisma

Niektórzy prenumeratorzy wpłacający należność za prenumeratę przez PKO i urzędy pocztowe, dokonują wpłat w zbyt późnym terminie tj. po dniu 20 m-ca poprzedzającego miesiąc prenumeraty, powodując przez to opóźnienie manipulacji na poczcie i w PPK „Ruch”, co w konsekwencji opóźnia wysyłkę pisma.

W celu uniknięcia opóźnień w wysyłce PPK „Ruch” prosi Ob. Ob. prenumeratorów o wpłacanie należności za prenumeratę najpóźniej do dnia 20-go każdego miesiąca poprzedzającego miesiąc prenumeraty.

Wszystkie wpłaty, które będą nadane na PKO lub na pocztę po dniu 20-tym, będą automatycznie zaliczone na prenumeratę o jeden miesiąc później.

Za datę nadania wpłaty uważa się datę stempla pocztowego na pokwitowaniu.

ADMINISTRACJA

Z życia zakładów ŻYWIENIA ZBIOROWEGO

Z życia organizacyjnego CZPG

Na czoło zagadnień organizacyjnych powołanego do życia Centralnego Zarządu Przemysłu Gastronomicznego, wysuwa się w danej chwili sprawa wypracowania prowizorycznych instrukcji, określających podstawowe prawa i obowiązki poszczególnych odpowiedzialnych pracowników zakładów w terenie.

Oczywiście zbiór zasadniczych przepisów ukaże się ostatecznie w redakcji Ministerstwa Handlu Wewnętrznego, niemniej jednak życie i praca codzienna uruchamianych zakładów, powodują konieczności kierowania się jakimiś przepisami, które z grubsza można by podzielić na trzy grupy, a mianowicie: administracyjną, jeżeli chodzi o dyrektora zakładu; produkcyjną — jeśli chodzi o szefa kuchni; usługową — która reprezentuje działalność kierownika sali restauracyjnej. Oddzielną grupę stanowiłyby przepisy higieny osobistej i sanitarne.

Omawiając w skrócie zakres tych obowiązków, należałoby je streścić w następującym porządku:
Obowiązki dyrektora zakładu gastronomicznego.

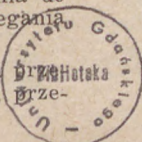
1. Dyrektor względnie kierownik zakładu gastronomicznego zarządza przedsiębiorstwem na zasadzie jednoosobowego kierownictwa, na podstawie pełnomocnictw nadanych mu przez dyrektora organizacji nadrzędnej. W pracy swej dyrektor zakładu winien kierować się zarządzeniami Ministerstwa Handlu Wewnętrznego, Biura Żywnienia Zbiorowego i Usług Handlowych, Centralnego Zarządu Przemysłu Gastronomicznego i jego przedsiębiorstw terenowych, wskazaniemi niniejszych przepisów tymczasowych oraz regulaminem pracy wewnętrznej zakładu gastronomicznego.
2. Objęcie zakładu przez nowego dyrektora winno nastąpić na podstawie pisemnego aktu przyjęcia (zdawczo - odbiorczego). Z tą chwilą dyrektor zakładu przyjmuje całość odpowiedzialności za przedsiębiorstwo. Z chwilą objęcia zakładu dyrektor winien zapoznać się: a) ze składem pracowników przedsiębiorstwa, ich charakterystyką i książkami pracy każdego z pracowników; b) zrobić szczegółowy przegląd wszystkich pomieszczeń zakładowych; c) dokonać sprawdzenia inwentarza; d) omówić w dodatkowym protokole wszelkie braki, konieczność napraw i uzupełnień w inwentarzu oraz zabezpieczeń sanitarno-higienicznych; e) zapoznać się z umową najmu lokalu i skontrolować umowy z miejscową Elektrownią, Dyrekcją Poczty (telefonu i domofonu zakładowe), Centralą Węglową i innymi przedsiębiorstwami usługowymi; f) uzupełnić koncesyjne dokumenty w zależności od typu zakładu (karty rejestracyjne, koncesje alkoholowe, tytoniowe, imprezy rozrywkowe, przedłużenie godzin handlu itp.); g) sprawdzić u kasjera wykaz rzeczy lub kosztowności zagubionych w zakładzie przez konsumentów; h) braki stanowiące istotną przeszkodę dla normalnej działalności zakładu, a nie dające się usunąć w granicach uprawnień i pełnomocnictw dyrektora zakładu, winny być usunięte przez czynniki nadrzędne w terminie omówionym w protokole aktu objęcia.
3. Dyrektor zakładu gastronomicznego jest władny: a) wydawać wszelkie zarządzenia, b) podpisywać czeki, asygnaty pieniężne, c) zawierać umowy z różnymi przedsiębiorstwami i organizacjami, d) angażować, przenosić i zwalniać pracowników zakładu w ramach istniejących praw i zwyczajów oraz wyznaczonych na ten cel kredytów osobowych. Kary dyscyplinarne dopuszczalne są w wypadku naruszenia przepisów wewnętrznego regulaminu, lecz niedopuszczalne jest stosowanie ich w sposób zaoczny. Dyrektor obowiązany jest przeprowadzać kontrolę przyjmowanych do pracy i surowo przestrzegać dyscypliny pracy zakładu na wszystkich szczeblach, e) dyrektor winien zapewnić pracownikom zakładu należyte higieniczne warunki pracy; f) dyrektor zakładu winien stawić się do pracy przynajmniej na 10 minut przed rozpoczęciem prac przedsiębiorstwa i sprawdzić przy otwieraniu zakładu czy zamki, zasuw, plomby są w całości oraz odczytać zapis nocnego zegara kontrolnego. W wypadku wykrycia uszkodzenia lub włamania należy niezwłocznie powiadomić najbliższe organa MO, i w ich obecności dokonać otwarcia zakładu; g) zażalenia wniesione do książki zażeń, jak też i zalecenia podlegają rozpatrzeniu w terminie 24 godzin. Wyniki rozpatrzenia muszą być podane do wiadomości zleceńodawcy.
4. Dla zorganizowania normalnej stałej pracy w zakładzie, dyrektor jest obowiązany:
 - a) zapewnić wykonanie zatwierdzonego przez czynniki nadrzędne planu produkcyjnego i finansowego zakładu i poinformować podległe zespoły i poszczególnych pracowników o wyznaczonych im w planie zadaniach,
 - b) zaopatrzyć zakład gastronomiczny w produkty wg norm ustalonych,
 - c) zorganizować na czas dostarczenie produktów należnych zakładowi wg planu lub rozdzielnika,
 - d) wynaleźć dodatkowe źródła zaopatrzenia zakładu w produkty na rachunek decentralizowanych zakupów w miejskich spożywczych przedsiębiorstwach przemysłowych, spółdzielniach, majątkach PGR i decentralizowanych punktach zaopatrzenia,
 - e) zorganizować prawidłowe przechowywanie produktów,
 - f) zapewnić wysoką jakość sporządzanych potraw i szybką, kulturalną obsługę konsumentów,
 - g) kontrolować stosowanie norm, ilości surowca i gotowych wyrobów, właściwą porę pojawiania się produkcji w odpowiedniej ilości i asortymencie wg codziennego jadłospisu,
 - h) przeprowadzać bieżące remonty pomieszczeń sprzętu i inwentarza wg ustalonego limitu, zabezpieczyć cechowanie we właściwym terminie wagopomiarowych sprzętów i bielenie naczyń,
 - i) dbać o stosowanie zasad ścisłej oszczędności we wszystkich działach gospodarczej działalności (oszczędność paliwa, energii elektr.,

zmniejszenie ilości odpadków i zużytkowanie ich dla tuczu trzody),

- j) dbać o stosowanie prawideł higieny, ochronę pracy, troskliwe obchodzenie się z opakowaniem, by umożliwić wtórne jego użycie,
 - k) zapewnić prawidłowe prowadzenie rachunkowości i sprawozdawczości zakładu, sprawdzać właściwość kalkulacji cen sprzedażnych wg marż obowiązujących w zakładzie danej kategorii, codziennie w sposób przepisowy sprawdzać i wpłacać do banku gotówkę z utargu dziennego,
 - l) wypłacać we właściwym czasie należne pobyry pracownikom,
 - m) rozpatrywać wpływające zażalenia i pomysły racjonalizatorskie oraz stosować środki do zlikwidowania wskazanych braków.
5. W dziedzinie organizacji pracy w zakładzie dyrektor jest obowiązany:
- a) zapewnić w pełni wykonanie postanowień instrukcji MHW, CZPG i nadrzędnych instytucji, celem podniesienia dyscypliny pracy,
 - b) zapewnić prawidłowe rozmieszczenie pracowników zakładu gastronomicznego tak, aby w godzinach największej frekwencji była dostateczna ilość personelu do obsługi,
 - c) informować pracowników o normach produkcji,
 - d) zapewnić warunki do wypełnienia socjalistycznego współzawodnictwa pracy, przedstawiając przodownikom do nagród i stworzyć właściwe warunki dla prowadzenia pracy polityczno - wychowawczej wśród pracowników zakładu,
 - e) zwoływać produkcyjne narady, podwyższać kwalifikacje zawodowe ogółu pracowników przez zapoznanie ich z wiadomościami techniczno - sanitarnymi.
6. Dyrektor zakładu gastronomicznego w ciągu całego czasu pracy winien znajdować się w zakładzie.
7. Dyrektor ma prawo w granicach ustalonego limitu czynić wydatki na bieżące remonty oraz na uzupełnienie sprzętu inwentarza. Remont kapitalny jak również nabycie wartościowego mebla dokonuje się ze środków organizacji nadrzędnej.
8. Przy obejmowaniu i wykonywaniu swoich czynności, dyrektor zakładu winien się zapoznać z niniejszymi przepisami i pisemnie oświadczyć, że przepisy są przez niego przeczytane, zrozumiane i przyjęte do dokładnego wykonania.

Obowiązki szefa kuchni (kierownika produkcji).

1. Szef kuchni funkcyjnie podlega dyrektorowi zakładu lub jego zastępcy,
 2. Szef kuchni przystępuje do wypełniania swych obowiązków dopiero po zakończeniu całkowitego spisu inwentarza.
 3. Objęcie lub przejęcie produkcji przez przyjętego szefa kuchni następuje na podstawie aktu zdawczo — odbiorczego (przyjęcia).
 4. W zakładach gastronomicznych, gdzie z braku etatów zastępcę dyrektora nie jest przewidziany, podczas nieobecności dyrektora obowiązki jego zastępcy przejmuje na siebie szef kuchni.
 5. Szef kuchni zakładu gastronomicznego ma uprawnienia:
 - a) wydawać polecenia pracownikom produkcyjnym i kontrolować ich wykonanie,
 - b) zatrudniać pracowników według ich kwalifikacji,
 - c) żądać od pracowników produkcyjnych przeróbki surowca wg zasad kulinarnych, oszczędnego obchodzenia się z surowcem i dążenia do zmniejszenia odpadków oraz przestrzegania przepisów sanitarnych i higienicznych,
 - d) w razie nadużyć w pracy lub naruszenia przepisów kulinarnego przerobu produktów,
- pisów sanitarnych i osobistej higieny pracowników zakładu — stosować niezbędne środki, włącznie z usunięciem z pracy. Ostateczne rozstrzygnięcie kwestii zwolnienia z pracy czy przeniesienia winnego — pozostawia się dyrektorowi zakładu.
6. Szef kuchni jest obowiązany:
- a) zapewnić wypełnienie planu produkcji pod względem ilościowym i jakościowym,
 - b) zorganizować prawidłowy kulinarny przerób produktów z najmniejszym odsetkiem odpadków przy osiągnięciu wysokiej jakości potraw, dbać o estetyczne podanie i zapewnić pełną wagę porcji danego dania,
 - c) codziennie zawnazuka układać jadłospis w porozumieniu z dyrektorem,
 - d) przeprowadzić próbę każdej partii sporządzanych potraw przez dyrektora lub członków specjalnej komisji, w miarę możliwości z udziałem przedstawiciela kontroli społecznej i wpisać te dane do dziennika,
 - e) zapewnić terminowe przyrządzanie jedzenia, jak również podawanie posiłków podczas ustalonych godzin.
- Zupy (pierwsze danie) powinny być gotowe nie wcześniej niż na 15 minut przed podaniem konsumentowi i mogą być podawane w ciągu 2—3 godzin od chwili ich przygotowania.
- Mięsne kotlety powinny być gotowe na 15 minut przed podaniem konsumentowi i mogą być podawane w ciągu jednej godziny od chwili ich sporządzenia. Sałatki i inne zakąski można przygotować na pół godziny przed wydaniem i można wydawać w ciągu 2 godzin od chwili przygotowania przy przechowywaniu ich w odpowiedniej temperaturze.
- f) sporządzać wykresy pracy pracowników zakładu zapewniające prawidłowe rozmieszczenie siły roboczej,
 - g) utrzymywać pomieszczenia produkcyjne zgodnie z przepisami sanitarnymi i przestrzegać przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy,
 - h) obchodzić się prawidłowo z mieniem — sprzętem zakładu, oszczędnie zużywać opał, energię elektryczną itp.,
 - i) przekazywać buchalterii terminowe sprawozdania, dotyczące produkcji,
 - j) podliczać czeki otrzymane przez dystrybutornię i sprawdzić otrzymane sumy wg kasy,
 - k) przekazywać do buchalterii i do dyrekcji w ustalonych terminach sprawozdania i dane o resztkach produkcji, realizacji gotowej produkcji, zgodnie z normami przewidzianymi w przepisach MHW i instrukcjach CZPG,
 - l) czuwać, aby wagi, odważniki i inne przybory pomiarowe były zachowane w całkowitym porządku,
 - m) przeprowadzać w terminie bielenie naczyń w ramach stosowanych norm technicznych,
 - n) sporządzać matrykuły techniczne i naprawcze na każdą z maszyn, a do obsługi maszyn dopuszczać tylko pracowników wykwalifikowanych,
 - o) organizować socjalistyczne współzawodnictwo wśród pracowników,
 - p) zabezpieczyć warunki ochrony i bezpieczeństwa pracy.
7. O ile w zakładzie znajdują się nadmierne zapasy produktów, co mogłoby spowodować ich zepsucie, szef kuchni winien zawnazuka powiadomić o tym pisemnie dyrektora zakładu.
8. Przy objęciu swoich obowiązków szef kuchni i jego zastępcy winni zapoznać się z treścią niniejszych przepisów i pisemnie oświadczyć, że są one przez nich zrozumiane i będą ściśle przestrzegane.



Obowiązki kierownika sali.

1. Kierownik sali jest mianowany lub zwalniany przez dyrektora zakładu gastronomicznego, któremu bezpośrednio podlega służbowo.
2. Do obowiązków kierownika sali należy przygotowanie sali restauracyjnej do normalnej, codziennej pracy, sprawdzanie obecności i punktualności personelu, podział rejonów pomiędzy personel obsługowy i kontrola zewnętrznego wyglądu obsługi oraz kierowanie personelu obsługującego na periodyczne oględziny lekarskie.
3. Kierownik sali nie dopuszcza konsumentów z bagażami, w zwierzchniej odzieży i z kapeluszeniami. Czuwa nad publicznością i reguluje kolejność obejmowania stolików.
4. Obserwuje i przeciwdziała w razie usiłowania przemycania przez gości na salę własnych napojów alkoholowych. Wszelkie próby zakłócenia spokoju przez osoby podchmielone powściąga w sposób taktowny.
5. Nadzoruje i kontroluje terminy ukończenia wydawania potraw i napojów do konsumpcji.
6. Czuwa nad stałym uzupełnianiem bufetów, ich estetycznym wyglądem i właściwym rozmieszczeniem cen. Dogląda zakładania taśm kontrolnych w kasach „National“.
7. Powołany jest do załatwiania reklamacji konsumentów i decyduje o wydaniu książki zażaleń konsumentom, których reklamacje powstały wskutek podniecenia alkoholowego.
8. Reguluje sprzedaż i obrót talonów obiadowych i odpowiednio do kolejności rozmieszcza klientów, zapobiegając tworzeniu się „ogonków“.
9. Nieustannie kontroluje wydajność pracy personelu usługującego na salach, ich uprzejmość w stosunku do klientów oraz koleżeńskie ustosunkowanie się wzajemne. W bezwzględny sposób tępi wszelkie naruszenia przepisów o trzeźwości w pracy.
10. Stwarza najlepsze warunki dla akcji szkoleniowej w toku pracy i prowadzi dziennik not kwalifikacyjnych dla personelu praktykującego.
11. Nadzoruje orkiestrę, czuwa nad doбором programu tanecznego i piosenkowego, dostosowując go do dni okolicznościowych lub uroczystości.
12. Kontroluje zgodność cen jadłospisów w salach i bufetach, dokładność obliczeń inkasowanych sum na paragonach i sposób zwrotu reszty klientom. Jadłospisy winny być pisane we własnym zakresie na maszynach lub ręcznie (czytelnie).
13. Wpaja pracownikom należyte obchodzenie się ze sprzętem oraz składa meldunki o brakach i stłuczkach.
14. Dbą o czystość wszystkich pomieszczeń, o wyposażenie poczekalni zakładu w pisma, sprawdza urządzenia klimatyzacyjne i wentylacyjne, sprawdza nakrycia stołów i obmyśla dekoracje kwiatowe stołów i hallu.
15. Ewidencjonuje stałych konsumentów, w wypadkach ich choroby umożliwia im otrzymanie posiłków dietetycznych.
16. Przyczynia się osobistym przykładem do podniesienia dyscypliny pracy zakładu, jako pracowni użyteczności publicznej.
17. Kierownik sali powinien być w posiadaniu autoryzowanej umowy zbiorowej z „ZAIKS“ dla zespołów orkiestrowych lub urzędzeń adapterowych.
18. We wszelkich innych wypadkach nie przewidzianych niniejszą instrukcją, kierownicy sal winni kierować się zasadą zorganizowania najszybszej i najsprawniejszej pracy całego personelu usługowego, obliczonej na zaspokojenie potrzeb i wymagań konsumentów.
19. Kierownik sali ma uprawnienia i obowiązki wydawania poleceń pracownikom związanym z jego zakresem działania oraz uprawnienia kontroli wykonywania ich czynności.
20. W razie zauważenia nadużyć w pracy jak pijaństwo, przywłaszczenie mienia, oszustwo lub szkód — kierownik sali wkracza niezwłocznie, stosując środki zaradcze, aż do usunięcia pracownika z pracy włącznie. Ostateczną decyzję o zwolnieniu z pracy lub przeniesieniu pracownika — przedstawia dyrektorowi zakładu gastronomicznego.
21. Kierownik sali wyzyskuje wszelkie możliwości do wykonania przez pracowników planów produkcyjnych, zasad współzawodnictwa i wykazania przejawów racjonalizatorstwa.

Szkolenie personelu zbiorowego żywienia przez ZSS

Związek Spółdzielni Spożywców, biorąc pod uwagę hierarchię potrzeb w przygotowaniu personelu do pracy, przystąpił w I-szym etapie do organizowania kursów centralnych dla przeszkolenia kierowników gospód i stołówek.

Celem tych kursów, jak mówi program, jest: „Pogłębienie świadomości społeczno-politycznej uczestników, przez zapoznanie z podstawowymi zagadnieniami budownictwa socjalistycznego Polski Ludowej.

Wyrobienie u uczestników pozytywnej postawy wewnętrznej w stosunku do zadań Polski Ludowej i wytworzenie przez to socjalistycznego stosunku do pracy zawodowej.

Wytworzenie u uczestników właściwego zrozumienia akcji zbiorowego żywienia jako działalności społeczno-gospodarczej i kulturalnej w służbie mas pracujących.

Opanowanie określonego programu kursu z zakresu wiedzy fachowej i nabycie niezbędnych umiejętności zawodowych koniecznych do samodzielnego prowadzenia zakładu zbiorowego żywienia“.

Jak wynika z powyższego, postawiono sobie za zadanie przeszkolenie uczestników nie tylko fachowo, lecz i ideowo-politycznie dla podkreślenia znaczenia, jakie nadaje temu zagadnieniu Polska Ludowa.

W myśl tych założeń przewidziano czas trwania nauki na kursach po 178 godz. (4-9 tyg.), w czym na same tylko zajęcia praktyczne przypada po 44 godziny.

Tematyka kursów w skrócie przedstawia się następująco:

Zagadnienia społeczno-polityczne, zagadnienia żywienia zbiorowego, formalności przy organizowaniu i prowadzeniu gospód, urządzenia

uspołecznionych przedsiębiorstw gastronomicznych, rachunkowość, kontrola, statystyka, kalkulacja, planowanie i sprawozdawczość, racjonalizacja żywienia, (składniki pokarmowe, jadłospisy, przyrządzanie potraw), towaroznawstwo z zakresu artykułów żywnościowych, zajęcia praktyczne w kuchni z zakresu technologii gotowania, technika gospodarowania i obsługi na sali i w bufecie (z zajęciami praktycznymi), metoda i technika sprzedaży, higiena w przedsiębiorstwach gastronomicznych uspołecznionych, organizacja pracy w gospodzie itd. W zajęciach praktycznych wzięto pod uwagę przyrządzanie obiadu na 100 osób typu stołowego — dwutygodniowego, przy uwzględnieniu możliwości wydawania i kalkulacji jednodniowej:

- a) obiady mięsne w różnych wariantach oraz dania à la carte,
- b) obiady bezmięsne,
- c) przyrządzanie zakąsek do bufetu,
- d) surówki.

Do zajęć praktycznych włączono organizację pracy, technikę gospodarowania i obsługi na sali i w bufecie:



Kurs zbiorowego żywienia przy pracy

- a) gospodarowanie stołownią i nakryciami na sali,
- b) nakrywanie i podawanie do stołu,
- c) obsługa klientów (kontrola francuska, system bloczkowy i samoobsługa),
- d) utrzymanie porządku i zmywanie naczyń,
- e) organizacja pracy w bufecie,
- f) sprawdzanie naczyń i nakryć,
- g) towaroznawstwo artykułów spożywczych od strony przechowywania.

Uspołeczniiona placówka żywienia zbiorowego, znając swoją rolę winna zaspokoić całkowicie potrzeby konsumentów i wpływać na poprawę zdrowotności mas pracujących.

Kandydaci otrzymują na miesiąc przed kursem skrypty do przepracowania dla lepszego zapoznania się z materiałem naukowym, gdyż

kurs taki jest wybitnie roboczy i wymaga od uczestników dużego wkładu pracy. Musimy to zaznaczyć, że na przykład uczestnicy kursów dla kierowników gospód, po ukończeniu 4 tygodni nauki, kierowani są do wzorcowych gospód na 4 tygodni praktykę, a następnie wracają ponownie do ośrodka na końcową fazę — to jest tygodniowy kurs repetycyjno-kwalifikacyjny.



Kurs dla kierowników gospód spółdzielczych w Sosnowcu.

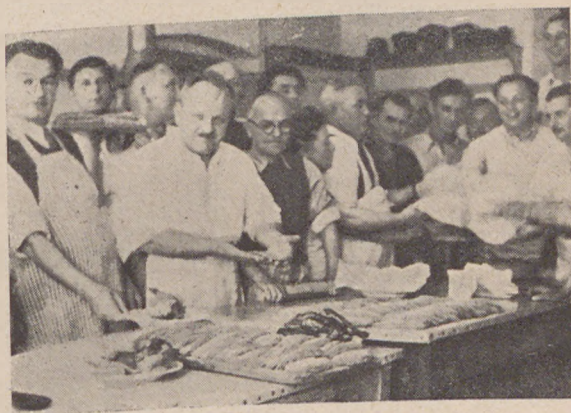
Szkolenie centralne prowadzi się w ośrodkach szkoleniowych specjalnie dla tego typu kursów przygotowanych, jak na przykład Sosnowka w powiecie jeleniogórskim, oraz przy spółdzielniach w terenie.

W roku 1950 zaplanowano około 42 kursy tego typu, a mianowicie: dla kierowników gospód, dla kierowników stołówek oraz dla odpowiedzialnych pracowników kuchni i obsługi sal.

W pierwszym kwartale tego roku przeprowadzono:

- 3 kursy dla kier. gospód II stopnia
- 2 „ „ „ „ I „
- 2 „ „ pracown. admin. gospód spółdz.
- 1 „ „ kier. stołówek.

W ogólnej sumie przeszkolono 313 pracowników w I etapie w zakresie zbiorowego żywienia.



Kurs dla kierowników gospód spółdzielczych w Sosnowcu. Zajęcia praktyczne w kuchni.

KOMUNIKATY i ZARZĄDZENIA

Biuro Zbiorowego żywienia ZSS opracowało recepturę jednodaniówek dla stołówek fabrycznych.

Opracowano dwa typy jadłospisów — I-szy w cenie 26 zł i II-gi w cenie 40 zł.

Pierwsze jadłospisy mają zastosowanie w najtańszych zestawieniach dla tych stołówek, które wydają jednodaniowe posiłki. Jadłospisy droższe mogą być stosowane również w stołówkach, do jednodaniówek i w gospodach jako dania tanie lub kolacje.

Przypomina się, że do obowiązków każdej spółdzielni należy zawiadamianie ZSS o uruchomieniu, zlikwidowaniu lub zmianie adresu zakładu gastronomicznego. W zawiadomieniu należy podać: nazwę i adres spółdzielni, adres zakładu gastronomicznego, rodzaj zakładu, datę uruchomienia, ewentualnie zlikwidowania.

Nadmieniamy, że rozróżnia się następujące rodzaje zakładów gastronomicznych:

Zakłady otwarte — restauracje, bary, kawiarnie, cukiernie, jadłodajnie,

Zakłady zamknięte — stołówki.

Przypomina się, że przy przejmowaniu przez spółdzielnię spożywców nowych placówek zbiorowego żywie-

1. Państwowa Zbiornica Wojewódzka —	Białystok, ul. Częstochowska 5
2. „ „ „ „ —	Gdańsk — Wrzeszcz, ul. Kościuszki 4a
3. „ „ „ „ —	Kraków, ul. Mikołajewska 4
4. „ „ „ „ —	Katowice, ul. Mariacka 19
5. „ „ „ „ —	Warszawa, Al. Jerozolimskie 19
6. „ „ „ „ —	Szczecin, ul. Bol. Krzywoustego 72
7. „ „ „ „ —	Wrocław, ul. Nowowiejska 48
8. „ „ „ „ —	Poznań, Rynek Wildecki 1
9. „ „ „ „ —	Lublin, ul. Pstrowskiego 5/1
10. „ „ „ „ —	Łódź, ul. Południowa 44

SPRAWA ZUŻYCIA ODPADKÓW NA PLACÓWKACH ZBIOROWEGO ŻYWIENIA

Na skutek pisma Biura Zbiorowego żywienia ZSS z dnia 15.XI.1949 r. do Centrali Mięśnej w sprawie zużycia odpadków w placówkach zbiorowego żywienia otrzymaliśmy następujące wyjaśnienie:

1. Zbiórka odpadków kuchennych z zakładów zbiorowego żywienia jest przewidywana. Strona techniczna i organizacyjna jest obecnie w opracowaniu.
Ze względu na to, że odpadki mogą być skarmiane w tuczarniach trzody chlewnej niezbyt odległych od miejsca zbiórki, do czasu rozbudowy sieci tuczarni nie wszystkie zakłady mogą być objęte tą akcją.
2. Na podstawie uchwały Komitetu Ekonomicznego Rady Ministrów z dn. 11 maja 1949 r. placówki zbiorowego żywienia mogą użytkować odpadki we własnym zakresie przez hodowlę i tuczenie świń, o ile przemysłowy tucz trzody chlewnej w danej miejscowości nie został zorganizowany przez Państwowe Gospodarstwa Rolne lub Centralę Mięsną.

na (gospód i stołówek) oraz przeprowadzaniu remontów istniejących placówek, należy przedstawiać plany pomieszczeń do akceptacji w wojewódzkim wydziale handlu oraz zawiadomić miejscowe komisje sanitarne, do których należy zbadanie lokalu i wydanie opinii.

W związku z pismem Ministerstwa Handlu Wewnętrznego z dnia 7.III.40. Nr U-III-B-16.18, w sprawie zakazu wyszynku alkoholu w lokalach na terenach przydworcowych, Biuro Zbiorowego żywienia ZSS przypomina, że zgodnie z ustawą z dnia 21.III.1931 r. o ograniczeniach sprzedaży, podawaniu i spożyciu napojów alkoholowych (Dz. U. R. P. Nr 51, poz. 423) spółdzielniom nie wolno uruchamiać placówek zbiorowego żywienia z wyszynkiem na terenach przydworcowych w odległości bliższej niż 100 m od dworców lub stacji kolejowych. Natomiast poleca uruchamianie na tych terenach placówek zbiorowego żywienia bez wyszynku.

Spółdzielnie prowadzące gospody spółdzielcze, obowiązane są do zbierania korków wyjętych z butelek. Cena za 1 kg odpadków korków czystych wynosi 42 zł dla posiadacza. Jak nas zapewnia Centrala Odpadków Użytkowych, odpad ten będzie chętnie zabierany przez Państwowe Zbiornice Wojewódzkie (i podległe im podzbiornice), których adresy podajemy:

wany przez Państwowe Gospodarstwa Rolne lub Centralę Mięsną.

3. Na podstawie tejże uchwały Komitetu Ekonomicznego Rady Ministrów, zarządy zakładów prowadzących tucz trzody chlewnej, postawią do dyspozycji Centrali Mięśnej utuczone sztuki. Centrala Mięśna może przyjąć te sztuki z rozrachunku za bieżące dostawy mięsa dla stołówek, uwzględniając wydajność ubojową dostarczonych sztuk i przeznaczając nie mniej niż 50% wagi poubojowej tych sztuk jako premię dla zakładów prowadzących tucz.
W związku z tym polecamy wszystkim placówkom zbiorowego żywienia użytkowanie odpadków, zgodnie z wyż. wym. wyjaśnieniem Centrali Mięśnej w tej sprawie oraz nadesłanie do Biura Zbiorowego żywienia ZSS danych co do przeciętnych ilości uzyskanych dziennie odpadków, z rozbiciem na odpadki suche i zlewki, podając suche w kg, zlewki w litrach. Do odpadków suchych zaliczamy obierki ziemniaczane i resztki pieczywa.

Ciekawe drobiazgi

WYKORZYSTUJMY KREW ZWIERZĄT RZEŹNYCH JAKO ŹRÓDŁO BIAŁKA

Jednym z najważniejszych składników pożywienia człowieka jest białko, pochodzenia roślinnego i zwierzęcego. Ponieważ zasoby białka zwierzęcego, jakimi dysponujemy, nie zawsze są wystarczające, szczególnie po okresach wyniszczenia inwentarza żywego — po-

winniśmy sięgnąć do wszelkich, dostępnych nam źródeł, aby zwiększyć ogólny bilans białkowy pożywienia. Źródłem takim, o olbrzymich zasobach tego cennego składnika pokarmowego, jest krew zwierząt rzeźnych. Źródło to, niestety, jest mało wykorzystane i tony łatwo przyswajalnego, cennego białka są zużywane na cele techniczne, zamiast zasilić nasz organizm, a jednocześnie urozmaicić codzienne jadłospisy.

Krew zwierząt rzeźnych ma tak bogaty skład substancji koniecznych do utrzymania życia i odbudowy zużytych tkanek organizmu, jakiego nie spotykamy prawie w żadnych innych środkach spożywczych. Wynika to z samej istoty rzeczy, z celu jaki krew spełnia w organizmie żywym. Dodatkłą cechą tych substancji jest również i to, że są one nadzwyczaj łatwo przyswajalne, nie wymagając do przerobienia dużego wysiłku ze strony organizmu.

Krew do konsumpcji jest dotychczas stosowana w niewielkiej jedynie ilości wyrobów masarskich. Nie jest natomiast wykorzystana zupełnie surowica krwi, której zastosowanie w przemyśle spożywczym jest wprost nieograniczone. Zastąpić ona może z powodzeniem tak cenne jaja, jako środek wiążący, przy wypieku ciast oraz jako podstawa przy wyrobie ciastek, nie mówiąc już o możliwościach stosowania krwi w specjalnych kuchniach dietetycznych.

Stosowanie produktów krwi przedstawia niewątpliwie pewne trudności w kuchniach małych gospodarstw domowych ze względu na trudność konserwacji i transportu — we wszelkiego jednak rodzaju zakładach żywienia zbiorowego trudności te mogą być łatwo usunięte. Wprowadzenie do jadłospisów placówek żywienia zbiorowego potraw z krwi i jej pochodnych, da na pewno wyniki dodatnie i spotka się z daleko idącą pomocą ze strony czynników, zajmujących się dostawą mięsa na rynek. Wyrazić się to winno przystosowaniem krwi i produktów jej przeróbki do wymagań stawianych przez organizacje, zajmujące się zagadnieniem żywienia zbiorowego.

POKAZY RACJONALNEGO ŻYWIENIA

Staraniem Ligi Kobiet i Powszechnej Spółdzielni Spożywców zorganizowano w Łodzi w świetlicach licznych zakładów fabrycznych, zapoczątkowaną przez Polski Komitet żywnościowy, akcję pokazową racjonalnego żywienia, która obejmuje sposoby przyrządzania potraw i sałatek oraz odpowiednie pogadanki instruktorów. Pokazy te cieszą się dużą frekwencją publiczności.

OBFITE POŁOWY RYB NA BAŁTYKU

W I kwartale bieżącego roku wobec niebywale obfitych połowów dorsza na Bałtyku — transporty tego gatunku ryby wysyłane w głąb kraju w stanie wędzonym i mrożonym, osiągnęły nienotowane dotąd rekordowe rozmiary, które przewyższają jedenastokrotnie analogiczne dostawy w pierwszym kwartale ubiegłego roku.

DNI RYBNE WE WROCŁAWIU

Wrocławska Centrala Rybna rozpoczęła „akcję dorozową”, która trwać będzie do połowy maja.

Przed wszystkim wielkie ilości wędzonego dorsza są rozprowadzane po sklepach handlu spożywczego. Dalej: we wszystkich punktach zbiorowego żywienia

jeden dzień w tygodniu przeznaczono na potrawy dorozowe.

Czynione są również próby zdobycia rynku wiejskiego przez bezpośrednie dowożenie towaru samochodami Centrali.

ŚNIADANIA „PACZKOWANE”

Za przykładem Warszawy i innych większych miast Powszechna Spółdzielnia Spożywców w Krakowie uruchomiła ostatnio 28 punktów sprzedaży drugich śniadań dla ludzi pracy.

Paczka z drugim śniadaniem zawiera dwie bułki i 10 dkg wędliny lub sera. Cena paczki 50 zł. Większość sklepów sprzedających drugie śniadania znajduje się w dzielnicach robotniczych.

Również Katowice wprowadziły paczki śniadaniowe. Torebka w cenie 50 zł zawiera dużą bułkę, 2 dkg masła, 5 dkg kiełbasy lub sera tyłzkiego. Za 34 zł można dostać torebkę, w której znajduje się duża bułka, 4 dkg sera lub 4 dkg masła. Paczki śniadaniowe przygotowuje Katowicka Spółdzielnia Spożywców i sprzedaje w swoich sklepach oraz w miejscach, gdzie jest duży ruch podróźnych, a także w większych biurach i fabrykach.

RESTAURACJA NA DWA TYSIĄCE OSÓB

W jesieni br. uruchomiona zostanie w Gdyni przez Centralny Zarząd Przemysłu Gastronomicznego wielka restauracja na dwa tysiące osób. Podobna restauracja na 4 tysiące osób powstanie w Gdańsku.

USPOŁECZNIONE „PINGWINY”

Pierwsze uspołecznione „pingwiny” w czekoladzie ukaza się w Warszawie w kioskach WSS oraz w sprzedaży ulicznej. WSS zawarła umowę ze Spółdzielnią Pracy „Słodycz”, przejmując całkowitą sprzedaż jej produkcji — popularnych lodów na patyku a ta „Pingwin”. Poza tym WSS sprzedawać będzie lody (250 kg dziennie) w wafłach, ale tylko na bazarze ludowym na Koszykach.

KEFIR I MLEKO KAKAOWE W SPRZEDAŻY SKLEPOWEJ

Centrala Spółdzielni Mleczarsko-Jajczarskich w porozumieniu z PSS wprowadza na terenie Wrocławia masową sprzedaż mleka kakaowego we wszystkich placówkach spożywczych Powszechnej Spółdzielni. Czwierć litra mleka na prawdziwym kakao kosztuje 25 zł. W najbliższym czasie ukaże się także w sprzedaży kefir dotychczas sprzedawany tylko w barach mlecznych.

wagi, jaką przywiązuje się tam do zagadnienia, jest właśnie rozwój fachowej literatury, którą reprezentuje m. in. omawiana praca.

Rozpada się ona na dwie części: technologię ogólną i szczegółową.

W części ogólnej omówione jest na wstępie znaczenie mleka, jako pokarmu. Przytoczona jest tu m. in. opinia Pawłowa odnośnie wpływu mleka na działalność przewodu pokarmowego. Szeroko potraktowane jest poza innymi składnikami zagadnienie witamin oraz mikrobiologii mleka. Z kolei omówione są wady mleka oraz sposoby ich unikania dzięki zastosowaniu zdobyczy nowoczesnej wiedzy. W opisie, przyjęcia mleka na zlewni, transportu, mycia naczyń, uwzględnione są nowoczesne sposoby dokonywania tych czynności, w związku z daleko idącym zmechanizowaniem zakładów. W rozdziale traktującym o pasteryzacji, podane są nie tylko różne systemy pasteryzatorów, ale i wyniki badań wpływu

RECENZJE

„Technologia mleka i jego przetworów”

Polska literatura fachowa posiada w zakresie mleczarstwa nie jedną piękną pozycję. Ale właśnie dlatego, że zagadnieniu mleczarstwa tak wiele poświęcamy uwagi, czytelników naszych zainteresować mogą postępy techniki mleczarskiej w innych krajach, przede wszystkim zaś w Związku Radzieckim.

Z przedmowy do pracy zbiorowej, której recenzję tu podejmuje*) dowiadujemy się, jak wielką opieką cieszy się tam mleczarstwo i do jakiego w rezultacie doszło rozwoju.

Ten rozwój charakteryzuje się szybko postępującą mechanizacją zakładów mleczarskich, wymaga więc coraz liczniejszych kadr inżynierów technologów, których kształcą przede wszystkim 4 wielkie instytuty i fakultety: w Wołogdzie, Moskwie, Leningradzie i Omsku oraz szereg szkół technicznych. W rezultacie przemysł mleczarski, który do październikowej rewolucji koncentrował się w północno-wschodniej Rosji europejskiej i zachodniej Syberii — dziś rozprzestrzenia się równomiernie po całym terytorium Związku Radzieckiego. Jedną z zewnętrznych oznak tej

poszczególnych systemów na ostateczny stan mleka. Po krótkim opisie procesu odwirowania tłuszczu, następuje przejście do części szczegółowej.

Rozdział pierwszy tej części poświęcony jest opisowi technologii produkcji miejskich zakładów mleczarskich. Dowiadujemy się tu, że zazwyczaj nie mniej jak 50% całej ilości mleka, jaka przychodzi do zakładu, zostaje po spasteryzowaniu zabutelkowana i pod tą postacią trafia do konsumenta. Pewne ilości mleka, przeznaczonego do zaopatrzenia szpitali, fabryk-kuchen itp., po spasteryzowaniu opuszczają zakład w koniach z tym, że na miejscu ulegną ponownej obróbce termicznej. Tu następuje opis butelkowania oraz napełniania konwi, ilustrowany licznymi rysunkami.

Po opisie procesu sterylizacji i homogenizacji (mającej na celu równomierniejsze rozmieszczenie tłuszczu) przechodzi autor do opisu procesu odtworzenia (restrytucji) mleka płynnego z proszku mlecznego. Proces ten, znany każdemu u nas z zastosowania w skali gospodarstwa domowego, przedstawia autor w skali przemysłowej w związku z uzupełnieniem na tej drodze przez zakłady mleczarskie dostawy mleka płynnego w okresie mniejszej podaży mleka świeżego.

Z kolei autor opisuje przygotowanie mleka słodowego (mieszanka mleka krowiego i ekstraktu słodowego po połowie), która posiada specjalne znaczenie w odżywianiu chorych, a następnie różnych przetworów dietetycznych, jak mleka bułgarskiego, kefiru, kumysu itp. Więcej miejsca poświęca autor opisowi produkcji śmietany i śmietanki oraz lodów śmietankowych. Opis ilustrowany jest schematami zamrażalek.

Rozdział II poświęcony jest produkcji masła. Objętościowo stanowi on ok. 1/5 całej pracy, z czego widać, jaką autorowie do zagadnienia tego przywiązują wagę. Na wstępie omówiony jest tu wpływ paszy na jakość masła, jak również wpływ nań wad mleka. Z kolei przedstawiony jest schemat zaopatrywania masłarni w surowiec (zazwyczaj przyjęty jest system trójstopniowy: śmietaneczarnia, punkt pasteryzujący, masłarnia). Następnie omówiona jest

technologia przygotowania surowca, wyrobu masła i jego formowania, paczkowania, magazynowania i transportu. Proces cały omówiony jest b. obszernie i ilustrowany schematami oraz rysunkami maszyn. Osobno omówione są nowsze metody wyrobu masła (kubiczna, bezwalcowa masielnica, wyrób systemem ciągłym „potokowym“, metodą Meleszyna) oraz produkcja masła topionego i „restrytuwanego“. Rozdział kończy się opisem oceny masła i jego wad.

Jeszcze więcej miejsca (ponad 1/4 książki) poświęcono produkcji serów. Po scharakteryzowaniu mleka, jako surowca, autor opisuje sposób jego barwienia, ścinania i obróbki skrzepu do czasu otrzymania świeżego sera. Ta część książki ilustrowana jest licznymi wykresami i tablicami, podającymi współzależność różnych czynników przy wyrobie sera. Następnie idzie opis dojrzewania, magazynowania, sortowania, oceny i transportu sera.

Następny rozdział poświęcony jest technologii kazeiny. W stosunku do poprzedniego i następnego zajmuje on nieco mniej miejsca. Mamy więc tu omówione: wygląd i właściwości kazeiny technicznej, wymagania jakie stawia się surowcowi, sposób fabrykacji, konserwowanie, przewóz i składowanie kazeiny, jej ocena i błędy.

Piąty i ostatni rozdział, obejmujący ok. 1/4 pracy, poświęcony jest produkcji konserw mlecznych. Na wstępie omówione są podstawy konserwowania mleka, a więc zasady sterylizacji, odparowywania wody i utrwalenia mleka przy pomocy dodatku cukru. Następnie idzie opis całego procesu: przyjęcia i oceny mleka, oczyszczania i przechowywania do czasu obróbki. Załączony schemat zakładu przetwórczego ilustruje przebieg procesu fabrykacji wszystkich typów produktu: 1) zgęszczonego mleka bez cukru, 2) zgęszczonego mleka z cukrem, 3) mleka w proszku. Następnie idzie opis poszczególnych faz produkcji, ilustrowany rysunkami różnego typu aparatami, schematami, wykresami i wzorami matematycznymi. Materiału tego jest tak dużo, że po bieżne choćby jego omówienie nadmiernie rozszerzyłoby ramy niniejszej recenzji.

Studując omawianą książkę, nie można zaprzeczyć, że interesować ona będzie w znacznie większym stopniu specjalistę z zakresu technologii żywności niż dietetyka. Tym niemniej zdecydowaliśmy się pracę tę zasygnalizować naszym Czytelnikom. Wszak stosowanie żywienia zbiorowego na szerszą skalę jest nie do pomyślenia bez jego podbudowy w postaci rozwiniętego przemysłu przetwórczego. Postęp techniki w zakresie transportu i przechowywalności skraca odległości i przedłuża okres użytkowości produktu ale w granicach dość wąskich. Dopiero przetwórstwo na skalę przemysłową pozwala przezwyciężyć opory, jakie następcza element czasu i przestrzeni. Przetwórstwo umieszczone w rejonach sprzyjających produkcji mogą w pełni wykorzystać sezonowe nadwyżki, przeobrazić je na produkt trwały i w ten sposób złagodzić sezonowe wahania podaży w większych ośrodkach konsumpcyjnych. Dopiero w oparciu o pełny magazyn żywniowic może rozwinąć akcję racjonalizacji i normalizacji żywienia. Znajomość nowoczesnej techniki na całej długości przebiegu produktu od producenta do konsumenta sprzyja wyzbyciu się rutyny, skłania do domagania się wprowadzenia inowacji, w rezultacie więc służy postępowi. Zapoznanie się z technologią pozwala lepiej rozumieć pracę maszyn, uczy je cenić a nawet przywiązywać się do nich. Rozumienie procesów, które przebiegają niejako „w ręku“ dozoruującego je człowieka, zmienia jego stosunek do pracy, czyni go świadomym uczestnikiem tych tajemnic przyrody, jakie nieuświadomiony zna tylko z końcowego, widomego efektu. Po przeczytaniu książki z pokrewnej gałęzi wiedzy, wraca się do swego cenniejszego zawodu jakby wzbogaconym.

*) Prof. S. W. Paraszczuk, prof. M. M. Kazanski, doc. A. N. Korolew, doc. M. S. Kowalenko. Technologia młoka i młocznych produktów. Podręcznik dla wyższych zakładów naukowych przemysłu żywnościowego, zatwierdzony przez Ministerstwo Wyższego Kształcenia ZSRR. Piszczepromizdat, Moskwa 1949. Str. 630 z licznymi rysunkami i tablicami w tekście.

Redakcja „Żywienia Zbiorowego“ pragnąc nawiązać ścisły kontakt z Czytelnikami prosi o nadsyłanie uwag odnośnie tematyki pisma, jego układu, przydatności itp., a więc jak Czytelnik ocenia pierwsze numery, co należałoby zmienić, jakie nowe rubryki wprowadzić itd.

Prosimy również o notatki, fotografie, zapytania i wszelkie materiały, nadające się do naszego pisma. Zwłaszcza kierownictwo i pracownicy gospód i stołówek powinni pisać o swych bolączkach oraz dzielić się swymi osiągnięciami i doświadczeniami. Nadesłane materiały będą w razie ich zamieszczenia honorowane według normalnych stawek redakcyjnych.

R e d a k c j a

GŁOSY CZYTELNIKÓW

Redakcja „Żywienia Zbiorowego“ powitała z radością pierwszy odzew z terenu, w postaci artykułu ob. Ludwika Szczepańskiego, znanego dziennikarza i prelegenta radiowego.

Nie dzieląc w pełni zastrzeżeń autora artykułu i zachowując sobie prawo głosu w poruszanych przez

Niego zagadnieniach—zamieszczamy artykuł bez skrótów — prosząc chętnych o wypowiedzanie się, gdyż sprawa odżywiania codziennego człowieka pracy jest dla nas wszystkich jednakowo istotna i ważna, a uzgodnienie teorii z życiem — jest w tym wypadku rzeczą pierwszorzędną wagi.

„Racjonalne żywienie w ciągu dnia czyli „o dobrym rad sposobie“.

Jestem pilnym czytelnikiem „Żywienia Zbiorowego“ i wyrażam pełne uznanie Redakcji za Jej tak interesującą pracę na trudnym i mało u nas uprawianym terenie popularyzacji zasad higieny żywienia i racjonalnej gospodarki środkami żywnościowymi. Ale niech mi też będzie wolno wypowiedzieć kilka słów krytyki i zgłosić zastrzeżenia przeciw niektórym artykułom — w imię **praktyki życiowej** — w imię **realizmu**.

Jestem starym dziennikarzem. Nie studiowałem ani fizjologii narządów trawienia, ani chemii, ani biochemii. Co wiem w tych dziedzinach, wiem jako laik. Przypuszczam jednak, że poziom mej wiedzy nie stoi niżej od poziomu tysięcy „pracowników zatrudnionych w aparacie stołówek, odpowiedzialnych za racjonalną organizację tych instytucji“, dla których to pracowników „Żywienie Zbiorowe“, według oświadczenia Redakcji w Nr. 1, przede wszystkim jest przeznaczone. Ale będąc laikiem w dziedzinie higieny, jestem z zamyślenia gastronomem i pochlebiam sobie, że znam się trochę tak w praktyce, jak i w teorii, na sztuce kulinarnej. I w tym charakterze rad bym kilka uwag nakreślić z powodu artykułu (typowego!) pani Marii Plewniak w Nr. 1, pt. „**Racjonalne żywienie w ciągu dnia**“. Będę bardzo zwięzły i sięgam odrazu in medias res:

1. Pani Plewniak pisze (str. 13): podawanie chleba do obiadu jest wysoce nieracjonalne. Chleb wypiera inne, bardzo ważne produkty z obiadu. Jeśli obiad będzie obfity i smaczny, żaden konsument nie będzie uważał za konieczne uzupełnić obiad chlebem. Chleb może znaleźć miejsce w zestawieniach bardzo tanich, niepełnowartościowych. Błędne jest podawanie chleba do wszystkich posiłków w ciągu dnia“.

„Żywienie Zbiorowe“ jest czasopismem **autorytatywnym**. Co pocnie kierownik stołówki, przeczytawszy powyższy, kategoriyczny zakaz? Zakaże ze swej strony surowo podawać chleb do obiadu! Przecież uważa obiad za „obfity i smaczny“ (stołownicy nie zawsze zgadzają się z tym zdaniem), a pragnie uniknąć oskarżenia, że „postępuje błędnie“.

Ale czy pani Plewniak ma rację, zakazując podawania chleba do obiadu? Bynajmniej! I to z kilku powodów. Naprzód obiad stołówekowy z **reguły** bywa skromny i skąpy i wymaga uzupełnienia, powtórę chleb jest dla wielu ludzi koniecznym wprost, niezbędnym dodatkiem do posiłków. Ja czułbym się wielce pokrzywdzo-

nym, gdybym nie mógł dostać kromki lub dwóch kromek chleba do obiadu czy kolacji, choćby najobfitszej. A uczestnicząc ongiś w jednym, wystawnym bankiecie, żądałem zawsze „solodrażków“, jak (paskudnie tłumacząc z niemieckiego) nazywaliśmy w Krakowie rogaliki z solą. Przypomnę też autorce artykułu, że w dawnym Paryżu chleb (pain blanc) w restauracjach bywał zwykle à discretion. Sądzę, że nasze stołówki i gospody ludowe powinny pójść za tym przykładem.

2. Pani Plewniak pisze dalej: „w racjonalnym zestawieniu obiadowym powinny się znaleźć **dwie potrawy warzywne**, oprócz normalnie do mięsa podawanych **ziemniaków**... W każdym obiedzie powinniśmy podać jedną jarzynę gotowaną, a drugą surową“.

Doskonale! Znaczenie jarzyn w pożywieniu znane jest dzisiaj nie tylko higienistom, ale i każdemu kucharzowi. Wszyscy stołownicy zgodzą się też na dwa rodzaje jarzyn oprócz ziemniaków — byle te jarzyny były **dobrze** przyrządzone; z apetytem spożywaliby też danie, zwane „bukietem z jarzyn“. Ale znowu zapytamy, jak w **praktyce stołówekowej** ta sprawa jarzyn wygląda i niestety wyglądać **musi**? Obiady muszą być **tanie**, a jarzyny u nas są dość **drogie**. Kuchnia jarska kosztuje u nas bodaj więcej od mięsnej. A jarzyny muszą być **dobrze** przyrządzone, bo w innym wypadku stołownik zostawi je nietknięte na talerzu. A co do surówek, to też nie łatwa z nimi sprawa w praktyce codziennej. Surówki są bardzo cenne, ale takich surówek, które ludziom smakują i są chętnie spożywane, mamy faktycznie nie wiele. Ale o surówkach pomówimy w następnym punkcie.

3. Pani Plewniak pisze: „W organizacji pracy personelu czas na przyrządzanie dwóch dań warzywnych zyskamy przez zmniejszenie ilości ziemniaków. Stosunkowo mniej czasu do wykonania wymagają **surówki**...“

Ejże, ejże! Czytając powyższe zdanie, odnoszę wrażenie, że szan. autorka nie wiele wie o praktyce kuchennej. Ja bym sądził, że skrobanie i gotowanie ziemniaków znacznie mniej zabiera czasu od przyrządzania jakichkolwiek surówek. Surówka jarzynowa musi być bowiem starannie przyrządzona (nie mówię o kapuście) i bardzo apetycznie podana, aby znalazła amatorów. Na nic dobre rady higienistów, jeśli surówka nie przypadnie do smaku stołownikom, lub zrazi ich wyglądem.

Zresztą pozwolę sobie zaznaczyć, że nie należałoby zwłaszcza w stołówkach (które powinny podawać obiady smaczne i posilne, ale naprawdę ludowe, a więc po przystępnej cenie), przeceniać i wyolbrzymiać znaczenia witaminowego surówek obiadowych. Surówkę spożywa się z reguły w ilości 2—5 dkg, są również surówki, których zjada się mniej lub nie zjada się wcale, choćby je najbardziej zachwalały panie higienistki. Sałata zielona dopiero od maja jest dostępna dla ludzi, liczących się z groszem, pomidory dopiero od połowy sierpnia. Kapusta surowa kiszona powinna w zimie i na przedwiosniu jawić się często na naszym stole, ale raczej w domu. Nie podobna jednak spożywać jej co dzień i zresztą nie każdy żołądek dobrze ją znosi. Zasadniczo jednak trzeba sobie zadać pytanie, ile witamin uzyskujemy spożywając 2 czy choćby nawet 5 dkg surówki jarzynowej? Łatwo to obliczyć na podstawie „Tablic wartości odżywczych”. Okaze się, że z reguły **nie wiele**, może nawet mniej niż przy spożyciu normalnej porcji gotowanych kartofli. Więc cenimy surówki jarzynowe, ale nie przeceniajmy ich znaczenia! I raczej nie szukajmy ich w stołówkach, lecz spożywajmy owoce i jagody w domu. W domu też tylko możemy, według swego gustu przyrządzić należycie sałatę i surówki jarzynowe. Nie żądamy tego od stołówek! Stołówki tego nie potrafią!

4. Pani Plewniak pisze dalej: „Kompot z suszu nie powinien być gotowany, lecz po wypłukaniu owoce zalane gotowaną wodą letnią i moczony przez kilka godzin, a na końcu osłodzony”.

Tak można postąpić tylko ze śliwkami suszonymi (ale radziłbym moczyć je w winie owocowym, nie w wodzie). Postępując jednak tak z innym suszem, szanowna autorka z pewnością nie usłyszałaby pochwał z ust stołowników!

5. „Posiłek ostatni (tj. kolacja) winien składać się raczej z produktów węglowodanowych i powinien być stosunkowo mało obfity, spożyty najpóźniej na dwie godziny przed udaniem się na spoczynek”.

Uważałbym, że tych bardzo utartych i stale głoszonych reguł, nie należy dziś proklamować jako **zasad generalnych**. Wszystko bowiem zależy od przyzwyczajenia, trybu i warunków życia. Na zachódzie właśnie posiłek **wieczorny** jest posiłkiem głównym i **najobfitszym**. I zdaje mi się że i my powinniśmy przyjąć podobny tryb życia. Bo przecież w obecnych naszych

warunkach pracy i przy coraz częstszym zatrudnianiu kobiet poza domem, **kolacja staje się podstawowym naszym posiłkiem** i kolacja, a nie obiad gromadzi domowników przy stole. Nie sądziłbym też, że trzeba się strasznie lękać skutków obfitego jedzenia wieczorem. I to głównie sprawa przyzwyczajenia. A zwierzęta śpią najlepiej właśnie po napełnieniu sobie żołądka.

6. Pisze wreszcie pani Plewniak: „Do naszych śniadań będziemy stosować kasze szybko gotujące się, jak płatki owsiane, krakowska i grysik pszenny. Kasze w śniadaniu można zastąpić **zacierką z razowej mąki**...”

Dalibóg, nie wydaje mi się, jakoby rada autorki, aby zacierkę z razowej mąki podawać na śniadanie, spotkać się mogła z aplauzem ludzi pracy lub studentów w internatach! Szanowna autorka ma oczywiście rację, pisząc, że nasze pierwsze śniadanie powinno być zreformowane, bo jest niepełnowartościowe; zaleca więc podawanie na śniadanie mleka, sera, wędliny i kasz — rada więc je upodobić bez mała do śniadania angielskiej burżuazji, złożonego z herbaty, porridge (kasza), bacon and eggs, ryby, dżemu... Doskonale! Trzeba jednak wiedzieć, że Anglik spożywa śniadanie dość późno i siedzi dość długo przy stole. U nas zaś człowiek pracy wychodzi wcześniej z domu i z konieczności śpieszy się z wypiciem kawy czy herbaty, spożyje szybko bułkę czy kromkę chleba z masłem lub suchą, nie miałby jednak wcale ochoty na spalaszowanie zacierki z razowej mąki. Wątpię bardzo, czy w ogóle zabrałby się do tej potrawy, podanej mu na pierwsze śniadanie (chyba, że byłby zagłodzony), więc dobra rada pani Plewniak nie wydaje się praktyczna.

A chodzi przecież właśnie o praktyczność, o **życiowość** rad i wskazówek. „Żywienie Zbiorowe” służy sprawie postępu, dąży do reform, ale winno drogę do nich wskazywać realną, rady udzielane powinny być praktyczne, poglądy i wskazania liczyć się muszą z warunkami naszego bytu. Idźmy naprzód, ale stąpajmy po ziemi. Strzeżmy się frazesów. Rady nieprzemysłane, niepraktyczne — są niepotrzebne.

Wybrałem artykuł pani Plewniak — jako typowy w swoim rodzaju. Uważam, że ani dla kierowników stołówek, ani dla zwykłych gospodyń tak pisać nie należy. Mało z tego pożytku!

Ludwik Szczepański.

REDAGUJE KOLEGIUM. Adres redakcji: Ministerstwo Handlu Wewnętrznego, Polski Komitet Żywnościowy. Warszawa, ul. Lwowska 17 (V piętro)

WYDAWCA: POLSKIE WYDAWNICTWA GOSPODARCZE, Przedsiębiorstwo Państwowe Wyodrębnione. Warszawa ul. Foksal 15. tel. 7-39-45.

Prenumerata roczna wynosi zł 720.— półroczna zł 360.—

CENA NUMERU POJEDYNCZEGO ZŁ 60.— EGZ. PODWOJNY ZŁ 120.—

Prenumerata i kolportaż: PPK „Ruch”, Warszawa, ul. Srebrna Nr 12, tel. 87-180. Konto PKO I-14.667.

BIBLIOTEKA
UNIwersytecka
Gdańsk

01210

Cena egzemplarza 60 zł.