

O pitanii Tatar iuzhnago berega Kryma : dissertatsiia na stepen' doktora meditsiny / V.A. Shchepetova.

Contributors

Shchepetov, V.A.
Maxwell, Theodore, 1847-1914
Royal College of Surgeons of England

Publication/Creation

S.-Peterburg : Tip. Doma Prizrieniia Malolietnikh Biednykh, 1886.

Persistent URL

<https://wellcomecollection.org/works/x3nuem7v>

Provider

Royal College of Surgeons

License and attribution

This material has been provided by This material has been provided by The Royal College of Surgeons of England. The original may be consulted at The Royal College of Surgeons of England. where the originals may be consulted. This work has been identified as being free of known restrictions under copyright law, including all related and neighbouring rights and is being made available under the Creative Commons, Public Domain Mark.

You can copy, modify, distribute and perform the work, even for commercial purposes, without asking permission.

**wellcome
collection**

Wellcome Collection
183 Euston Road
London NW1 2BE UK
T +44 (0)20 7611 8722
E library@wellcomecollection.org
<https://wellcomecollection.org>

О ПИТАНІИ 583 (5)

Shchepetoff (V. A.) or Schtschepetow, The food of the Tartars
on the South Coast of the Crimea [in Russian], 8vo.
St. P., 1886

КРЫМА.

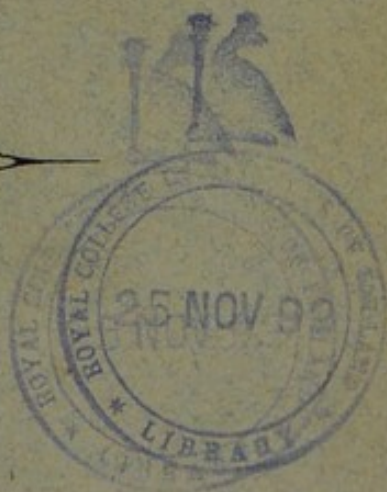
ДИССЕРТАЦІЯ

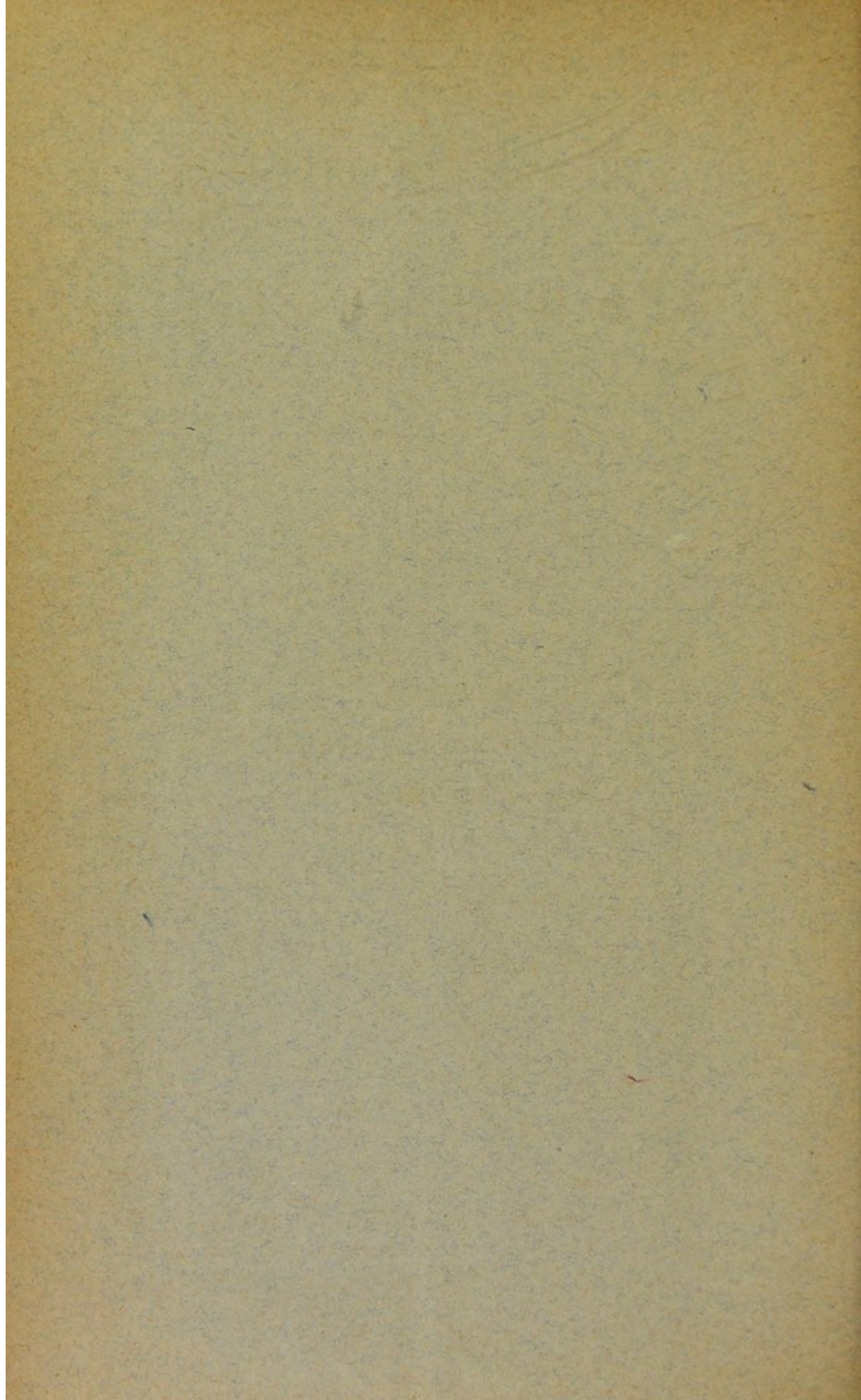
НА СТЕПЕНЬ ДОКТОРА МЕДИЦИНЫ

В. А. ЩЕПЕТОВА.

С.-ПЕТЕРБУРГЪ.

Типографія Дома Призрѣнія Малолѣтнихъ Вѣднихъ. Лиговка, д. № 16.
1886.

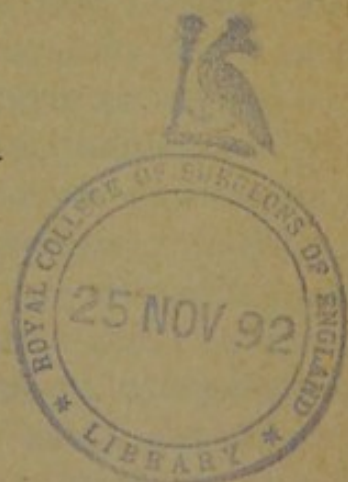
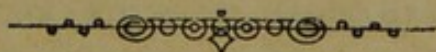




О ПИТАНІИ
ТАТАРЪ ЮЖНАГО БЕРЕГА
КРЫМА.



ДИССЕРТАЦІЯ
НА СТЕПЕНЬ ДОКТОРА МЕДИЦИНЫ
В. А. Щепетова.



С.-ПЕТЕРБУРГЪ.
Типографія Дома Призрѣнія Малолѣтнихъ Бѣдныхъ. Лиговка, 16.
1886.

Докторскую диссертацию лекаря Щепетова подь заглавіемъ „О питаніи татарь южнаго берега Крыма“ печатать разрѣшается съ тѣмъ, что бы по отпечатаніи оной было представлено въ Конференцію Императорской военно медицинской академіи 500 экземпляровъ ея.—С.-Петербургъ. Апрѣля 26-го дня 1886 года. Ученый секретарь *В. Пашутинъ*.

Вопросъ о правильномъ питаніи массъ населенія при различныхъ соціальныхъ, экономическихъ, климатическихъ и др. условіяхъ жизни, несомнѣнно, служитъ однимъ изъ самыхъ существенныхъ вопросовъ общественной гигиѣны. Едва ли кто станетъ утверждать, что правильное питаніе человѣка менѣе важно для него, чѣмъ правильное устройство его жилища, чистота воздуха, его окружающаго, доброкачественность воды, употребляемой имъ для питья и пр. Между тѣмъ общественная гигиѣна въ рѣшеніи послѣднихъ вопросовъ сдѣлала уже очень многое для народнаго здравія, тогда какъ вопросъ о правильномъ питаніи человѣка при различныхъ условіяхъ его жизни выдвинуть на очередь, по крайней мѣрѣ у насъ въ Россіи, сравнительно недавно.

Сознавая всю важность разработки послѣдняго вопроса, Общество Охраненія Народнаго Здравія въ прошломъ 1885 году рѣшило собрать свѣдѣнія о томъ, чѣмъ и въ какихъ размѣрахъ питаются массы населенія Россіи—наши крестьяне. Чрезъ особую комиссію по вопросу о способахъ изслѣдованія пищи крестьянъ, подъ предсѣдательствомъ Проф. А. П. Доброславина, Обществомъ была выработана и программа для собиранія свѣдѣній по пищевому довольствію населенія. Свѣдѣнія эти весьма важны, „потому что здоровы только тѣ, кто питается хорошей пищей и досыта. Хотя не мало людей, питающихся плохо по причинѣ бѣдности, но много и такихъ, которые плохо питаются по неумѣнью выбирать пищу. Можетъ весьма часто встрѣчаться пища, одинаковая по цѣнѣ, но болѣе питательная и здоровая и менѣе питательная, приносящая истощеніе и болѣзнь. До сихъ поръ мало извѣстно, гдѣ какую пищу и какъ ѣдятъ наши крестьяне. Быть можетъ, узнавъ это и найдя средства улучшить пищу, не увеличивая значительно расходовъ на нее, сдѣлается возможнымъ уменьшить болѣзни, увеличить вмѣстѣ съ тѣмъ силы и рабочіе дни, а съ ними и заработки. Кромѣ сказаннаго, знаніе того,

какъ питаются массы нашего населенія, особенно важно для правильнаго продовольствія такихъ лицъ, выборъ пищи которыхъ зависитъ не отъ нихъ самихъ, напр. солдатъ, подрядныхъ рабочихъ, арестантовъ и т. д. Чтобы сдѣлать попытку улучшенія пищи должнымъ ей выборомъ, способами приготовленія для ѣды и распредѣленіемъ времени ея принятія, необходимо собрать точныя свѣдѣнія, которыя будутъ впоследствии одинаково полезны для самихъ крестьянъ, для горожанъ, для земствъ и для всѣхъ вообще въ Россіи“. Такъ гласитъ программа.

Желая содѣйствовать съ своей стороны цѣлямъ Общества Охраненія Народнаго Здравія, я, живя на южномъ берегу Крыма, взялъ на себя трудъ, по предложенію Профессора А. П. Д о б р о с л а в и н а, изслѣдовать, чѣмъ и въ какихъ размѣрахъ питаются татары указанной мѣстности.

Для рѣшенія въ возможной полнотѣ вопроса о характерѣ пищи татаръ я не ограничился данными, полученными въ двухъ ниже названныхъ деревняхъ, гдѣ производились наблюденія надъ размѣрами питанія татаръ, но собралъ свѣдѣнія изъ разныхъ деревень южнаго берега Крыма на протяженіи отъ Алупки до Алушты. Результаты этихъ изслѣдованій помѣщены въ концѣ работы.

При рѣшеніи же вопроса о количествѣ пищи, употребляемой татарами, объектами изслѣдованія служили мнѣ татары деревень „Г у р з у ф ъ“ и „К и з и л ь т а ш ъ“.

Для опредѣленія количества употребляемой пищи и вычисленія питательнаго достоинства ея существуютъ, какъ извѣстно, два способа, предложенные Проф. Ф о й т о м ъ ¹⁾.

Первый изъ нихъ основанъ на изслѣдованіи пищи въ приготовленномъ видѣ и состоитъ въ томъ, что берутъ отъ каждаго блюда порцію, равную съѣдаемой, и извѣстнымъ путемъ опредѣляютъ количество сухихъ пищевыхъ средствъ, употребленныхъ на приготовленіе этой порціи. Получивъ такимъ образомъ суточную порцію израсходованныхъ на всѣ блюда сухихъ пищевыхъ средствъ, опредѣляютъ средній составъ ихъ (азотистыя вещества, жиры и углеводы) по существующимъ анализамъ. По второму способу, распадающемуся на два видоизмѣненія, суточное количество пищи на каждаго опредѣляется изъ сыраго матеріала. Первое видоизмѣненіе его состоитъ въ томъ, что, „зная вѣсъ пищевыхъ средствъ опредѣленнаго состава, употребленныхъ на варку пищи для извѣстнаго числа людей въ теченіи извѣстнаго времени, высчитываютъ среднее суточное количество для *каждаго* изъ питавшихся. Второе видоизмѣненіе состоитъ въ томъ, что по вѣсу пищевыхъ средствъ, употребленныхъ для

¹⁾ Фойтъ. „О пищѣ въ общественныхъ заведеніяхъ“. Воен.-Мед. Ж., 1876 г., VII отд.

варки, и затѣмъ по числу порцій, опредѣляютъ среднее содержаніе пищевыхъ веществъ въ *одной порціи*“.

Второй способъ хотя и требуетъ со стороны изслѣдующаго „не мало труда, осторожности и вниманія“, но даетъ результаты совершенно надежныя и примѣнимъ даже и тамъ, гдѣ отдѣльныя блюда готовятся не изъ одного, а изъ нѣсколькихъ ингредиентовъ, напр. муки, масла, сахара и т. п. Въ послѣднемъ случаѣ первый способъ совершенно непригоденъ. Этимъ вторымъ способомъ я и пользовался при рѣшеніи втораго вопроса моей задачи.

Приступая къ изслѣдованію, я выбиралъ семьи типичныя въ имущественномъ отношеніи для той мѣстности, по возможности, состоявшія изъ взрослыхъ и здоровыхъ членовъ, обыкновенно хорошо извѣстныя мнѣ и относившіяся ко мнѣ съ довѣріемъ.

Условившись предварительно съ избранной семьей, я слѣдилъ ежедневно въ теченіи семи дней за пищей этой семьи, взвѣшивая рѣшительно все, что идетъ на приготовленіе пищи, на вывѣренныхъ аптекарскихъ вѣсахъ Мора, которыхъ было въ моемъ распоряженіи два экземпляра различной величины ¹⁾). При этомъ всѣ пищевые продукты, съѣдаемые семьей, взвѣшивались только въ томъ видѣ, въ какомъ поступали на приготовленіе того или другаго блюда; такъ, овощи — непременно очищенными, мука — просѣянной, пшено — промытымъ и т. д. Каждый продуктъ, входящій въ составъ сложнаго блюда, взвѣшивался, разумѣется, отдѣльно. Жидкіе пищевые продукты, какъ-то: молоко и катыкъ точно также взвѣшивались.

Въ тѣхъ случаяхъ, когда, послѣ принятія пищи, оставалось что-либо отъ взвѣшеннаго, эти остатки тоже взвѣшивались (каждый пищевой продуктъ отдѣльно) и изъ разности въ вѣсѣ до и послѣ употребленія опредѣлялось количество только съѣденнаго. Остававшіяся отъ баранины и рыбы кости вычитались изъ общаго вѣса этихъ продуктовъ. Соленый стручковый перецъ, который татары ѣдятъ обыкновенно въ рассолѣ, взвѣшивался выжатымъ, при чемъ приблизительная разница въ вѣсѣ между только что выжатымъ и сухимъ перцемъ (опредѣленная неоднократно взвѣшиваніемъ) всегда принималась въ расчѣтъ. Обычай татаръ—готовить себѣ жидкія кушанья (супъ, жидкая каша) только на одинъ разъ, освобождалъ меня въ большинствѣ случаевъ отъ необходимости взвѣшивать воду, употребляемую на приготовленіе этого рода пищи.

Чтобъ не ускользнуло изъ рукъ что нибудь не взвѣшеннымъ, или изъ взвѣшеннаго не было бы брошено домашнимъ животнымъ или съѣдено случайными гостями (о чемъ я постоянно предупреждать изслѣдуе-

¹⁾ Для 2-хъ и 5-ти килограммовъ.

мую семью), я долженъ былъ всегда присутствовать лично, какъ при изготовленіи, такъ и во время всѣхъ обѣдовъ и ужиновъ, за исключеніемъ весьма рѣдкихъ случаевъ и тѣхъ, гдѣ съ утра измѣрялось все, назначавшееся семьей въ пищу на цѣлый день. Въ послѣднихъ случаяхъ я, конечно, полагался уже на слово, что всѣ мои предупрежденія исполняются въ точности.

Итакъ, соблюдая при всѣхъ изслѣдованіяхъ все только что описанное, я опредѣлялъ такимъ образомъ количество пищевыхъ продуктовъ (каждаго отдѣльно), употребленное семьей въ продолженіи всего дня; бралъ затѣмъ недѣльный итогъ и отсюда уже вычислялъ недѣльное количество cadaго продукта, приходящееся на cadaго взрослого члена семьи.

При опредѣленіи питательнаго достоинства употребленныхъ продуктовъ я пользовался существующими уже анализами, произведенными разными изслѣдователями надъ продуктами того же рода. Такъ какъ питательность cadaго пищевого продукта обуславливается, какъ показали опыты и научныя наблюденія надъ питаніемъ людей и животныхъ, прежде всего богатствомъ азотистыхъ или бѣлковинныхъ веществъ, затѣмъ жиромъ и углеводами (крахмаль, сахаръ и пр.), содержащимися въ немъ, то я и ограничился при моихъ вычисленіяхъ опредѣленіемъ этихъ трехъ основныхъ питательныхъ началъ пищевыхъ средствъ.

Число изслѣдованій химическаго состава различныхъ пищевыхъ продуктовъ въ настоящее время чрезвычайно обширно. При сопоставленіи же результатовъ изслѣдованія одного и того же продукта, полученныхъ различными изслѣдователями, даже въ сравнительно недавнее время, часто оказывается весьма значительная разница, зависящая, конечно, частію оттого, что разные сорта одного же продукта дѣйствительно вездѣ разнятся въ своемъ составѣ, а частію и отъ различія способовъ изслѣдованія ихъ.

Для моихъ вычисленій я старался брать цифры изъ анализовъ продуктовъ мѣстныхъ, или ближайшихъ къ мѣсту моихъ наблюденій, или, по возможности, добытыя русскими изслѣдователями изъ продуктовъ нашего отечества. Во многихъ случаяхъ я бралъ, по примѣру другихъ изслѣдователей, дѣлавшихъ подобныя вычисленія, среднія цифры изъ нѣсколькихъ анализовъ. Всѣ заимствованныя такимъ образомъ для вычисленій цифры процентнаго содержанія основныхъ питательныхъ началъ въ продуктахъ, встрѣчавшихся при моихъ наблюденіяхъ, собраны въ одну таблицу, которую помѣщаю ниже; здѣсь же укажу на тѣ источники, откуда взяты цифры для этой таблицы.

Главнымъ руководствомъ при этомъ служило мнѣ сочиненіе Проф. König'a: *Chemische Zusammensetzung der menschlichen Nahrungs—und Genussmittel*; 1882 г., изъ котораго я взялъ: для

баранины очень жирной среднія цифры изъ анализовъ König'a и Mutschler'a, для полужирной — среднія изъ анализовъ Mène'a и Petersen'a; для бараньей почки—анализъ Vibга, для дыни—среднія цифры изъ анализовъ Storer'a съѣдомой части дыни, для лука — среднія изъ анализовъ Dahlen'a и Pott'a, для макаронъ — среднія изъ анализовъ König'a, Farwick'a и Boussingault, для меда — среднія изъ шести анализовъ Erlenmeier'a старыхъ сортовъ меда, каковыя и употреблялись во время моихъ наблюдений. Для муки пшеничной взяты цифры König'a и Krausch'a по содержанию бѣлка тождественныя съ таковыми же для муки изъ Одесской пшеницы, принятыми Проф. Доброславиннымъ ¹⁾. Для огурцовъ — среднія цифры изъ анализовъ Dahlen'a и Pott'a, для помидоровъ — анализъ Dahlen'a, для пшена — среднія изъ анализовъ König'a, Pillitz'a и Petermann'a, близкія къ таковымъ же въ таблицѣ Д-ра Архангельскаго ²⁾, для риса — среднія изъ анализовъ König'a, Brimmer'a и Pillitz'a, близкія къ цифрамъ, принятымъ Проф. Доброславиннымъ (loc. cit.), для сала бараньяго — среднія изъ анализовъ Schulzeи Reinecke, для сливокъ — среднія по König'у, для тьквы — среднее анализовъ Storer'a и Lewis'a съѣдомой части тьквы, для чеснока — анализъ Dahlen'a и для чечевицы — среднія цифры изъ двухъ анализовъ Pott'a чечевицы южной Россіи, согласующіяся съ цифрами у Архангельскаго (loc. cit.)

Для пшеницы взять анализъ Таврической яровой пшеницы Проф. Лясковаго ³⁾.

Для бобовъ турецкихъ (сухихъ) анализъ заимствованъ у Bouchardat ⁴⁾, для перца стручковаго (турецкаго) — у Moleschott'a ⁵⁾, для кукурузы — анализъ Grandeaи ⁶⁾ турецкой кукурузы.

Для масла коровьяго взяты цифры средняго химическаго состава несоленого, промытаго масла (каковое и употреблялось) у Флейшмана ⁷⁾, для тощей баранины—у Пэви, ⁸⁾ для сыра овечьяго „Брынза“—анализъ Hornig'a ⁹⁾.

¹⁾ Проф. Доброславинъ. «Составъ пищи воспитанниковъ военно-учебныхъ заведеній» Сб. сочин. по судебн. мед. 1878 г., т. II.

²⁾ Архангельскій. «Санитарное состояніе и здоровье войскъ». Журн. «Здоровье». 1875 г., № 21.

³⁾ Н. Лясковскій. «О химическомъ составѣ пшеничнаго зерна». Москва 1865 г.

⁴⁾ Bouchardat. «Traité D'Hygiène Publique et privée». Paris, 1883 г., стр. 250.

⁵⁾ Moleschott. «Physiologie der Nahrungs-mittel», т. II, стр. 195.

⁶⁾ «Journ. d'agricult. pratique». 1877 г., т. III, стр. 452.

⁷⁾ Флейшманъ. «Молоко и молочное дѣло»; перев. Ковалевскаго, 1879 г., ч. I, стр. 822.

⁸⁾ Пэви. «Ученіе о пищѣ». 1876 г., стр. 327.

⁹⁾ Hornig. «Beiträge zur geschichte Technic und Statistik der Käserei» Wien. 1869 г., стр. 55.

Для картофеля и молока взяты цифры, принятые Проф. Доброславиным¹⁾ для пшеничного хлѣба первый сортъ—у Гаврилко²⁾.

Для пшеничного хлѣба второй сортъ — изъ крупной неотсѣянной муки, для рыбы мелкой и для сахара цифры взяты изъ таблицы Архангельскаго³⁾; для рыбы кефаль—у Попова⁴⁾ и, наконецъ, для капусты (съѣдомой части ея)—у Нехамеса⁵⁾.

Изслѣдованія мои по вопросу о размѣрахъ питанія татаръ производились съ начала Іюня мѣс. 1885 года и до конца Октября. За этотъ періодъ времени мнѣ удалось провести семидневныя наблюденія въ двадцати семьяхъ:⁶⁾ въ шестнадцати — въ деревнѣ „Гурзуфъ“, самой ближайшей къ мѣсту моего пребыванія, и въ четырехъ семьяхъ въ деревнѣ „Кизильташъ“, удаленной отъ меня на разстояніе трехъ верстъ.

Результаты всѣхъ изслѣдованій и вычисленій изложены въ таблицахъ, составленныхъ отдѣльно для каждой семьи.

Раньше чѣмъ перейти къ самымъ таблицамъ, считаю не лишнимъ описать общепринятыя у татаръ способы приготовленія нѣкоторыхъ видовъ пищи.

Начнемъ съ хлѣба. Хлѣбъ татары употребляютъ исключительно пшеничный изъ крупной, неотсѣянной муки. Приготавливаютъ его всегда такимъ образомъ: извѣстное количество муки замѣшиваютъ тепловатой водой, прибавляютъ разведенную закваску, которой служитъ обыкновенно кусокъ стараго тѣста,⁷⁾ и оставляютъ всю эту массу, покрывъ ее чѣмъ нибудь теплымъ (напр. овчиной), на часъ или полтора. Къ этому времени тѣсто начинаетъ сильно бродить; тогда разводятъ его водой, подсыпаютъ соль и тщательно смѣшиваютъ съ остальнымъ количествомъ муки. Дальнѣйшее броженіе тѣста продолжается приблизительно около 4-хъ часовъ, послѣ чего формуютъ хлѣбы и сажаютъ въ закрытую печь, специально для нихъ только устраиваемую гдѣ либо въ галереѣ, или на дворѣ⁸⁾. Приготовленный такимъ образомъ хлѣбъ по

¹⁾ Проф. Доброславинъ. „Составъ пищи и пр.“ Лосо сит.

²⁾ Гаврилко. „Количественное опредѣленіе главныхъ составныхъ частей хлѣба“. Дисс. 1872 г.

³⁾ Архангельскій. Лосо сит.

⁴⁾ В. Поповъ. „Опредѣленіе количества питательныхъ веществъ въ наиболѣе употребительныхъ сортахъ рыбы“. Дисс. 1882 г.

⁵⁾ Нехамесъ. „Кочанная капуста и питательныя вещества въ ней содержащаяся“. Дисс., 1881 г.

⁶⁾ Тѣ семьи, гдѣ наблюденія велись менѣе семи дней или, гдѣ они оказывались (по независящимъ отъ меня обстоятельствамъ) неточными, не вошли въ число помѣщаемыхъ въ работѣ наблюденій.

⁷⁾ Дрожжи татары почти никогда не употребляютъ, хотя и знаютъ про ихъ существованіе.

⁸⁾ Всякую другую пищу, кромѣ хлѣба, татары готовятъ въ очагѣ на треножникахъ, при чемъ посудой служатъ имъ кастрюли, котелки и сковороды.

цвѣту напоминаетъ наши ситники, вкусъ имѣетъ кисловатый. Количество припека его среднимъ числомъ (изъ шести наблюдений) равняется $\frac{7}{20}$ или 35 процентамъ. Бѣлый пшеничный хлѣбъ, похожій на нашъ Петербургскій продажный, татары, хотя и употребляютъ, но сами его не пекутъ дома, а покупаютъ въ пекарняхъ, находящихся въ большинствѣ случаевъ въ завѣдываніи грековъ. При изготовленіи тѣста для него, послѣдніе пользуются уже дрожжами.

Пирожки, вареники и лепешки дѣлаются татарами обыкновенно изъ крутаго прѣснаго тѣста, приготовляемаго, слѣдовательно, простымъ замѣшиваніемъ муки безъ закваски. Для пирожковъ (янтыхъ)¹⁾ тѣсто нарѣзаютъ небольшими кусками, тонко раскатываютъ послѣдніе и, положивъ начинку изъ сырой рубленой баранины, дѣлаютъ пирожки полудунной формы. Жарятъ ихъ въ кипящемъ бараньемъ салѣ на сковородѣ. Изъ такого же тонкаго слоя тѣста дѣлаютъ и вареники (ашъ), начинкой для которыхъ употребляютъ сырую рубленую баранину, овечій сыръ или творогъ. Сваривъ въ водѣ, ѣдятъ ихъ большею частію съ окисленнымъ молокомъ (катыкъ), иногда съ растопленнымъ бараньимъ саломъ или бекмесомъ (см. ниже), Лепешки (хатлама) жарятъ на бараньемъ салѣ.

Алва готовится слѣдующимъ образомъ: просѣянную пшеничную муку высыпаютъ на сковороду съ кипящимъ саломъ или масломъ коровьимъ и, постоянно мѣшая, жарятъ эту массу до полученія ея красноватаго цвѣта. Затѣмъ вливаютъ небольшое количество бекмеза и воды и снова жарятъ до густой консистенціи. вмѣсто бекмеза употребляютъ сахаръ или медъ.

На *жаркое* изъ баранины (хавурма) берутъ въ большинствѣ случаевъ мясо молодого, жирнаго барашка; рѣжутъ его на мелкіе куски и жарятъ, помѣщая въ нагрѣтыя уже кастрюли или сковороды, на его собственномъ соку, иногда съ овощами.

Супы готовятся обыкновенно безъ подболтки; мясо для нихъ предварительно всегда изрѣзывается небольшими кусками и опускается вмѣстѣ съ овощами до варки въ холодную воду.

Рисовыя *каши* готовятъ чаще съ бобами, иногда съ мелкими кусками жирной баранины (цилавъ).

Голубцы (сарма) готовятъ изъ риса съ мелко изрубленной бараниной. Завертываютъ эту смѣсь въ сваренный виноградный листъ и варятъ въ водѣ, подкисленной уксусомъ. Предъ употребленіемъ обливаютъ катыкомъ.

Однимъ изъ распространенныхъ и любимыхъ пищевыхъ продуктовъ служить у татаръ „*катыкъ*“ или окисленное коровье молоко²⁾.

¹⁾ Въ скобкахъ привожу соотвѣтствующія татарскія названія.

²⁾ Пастухи, пасущіе стада овецъ на Яйлинскомъ хребтѣ, дѣлаютъ катыкъ изъ овечьяго молока и, заготовляя иногда на зиму, солятъ его (на 15 око катыка 1 фунтъ крупной соли).

Въ прѣсномъ видѣ они употребляютъ молоко очень рѣдко. Для приготовления катыка, даютъ молоку вскипѣть раза два, затѣмъ остужаютъ его приблизительно до 33° R., подбавляютъ для закваски стараго катыка ¹⁾ и оставляютъ стоять въ закрытыхъ сосудахъ. Часа черезъ 3—4 катыкъ уже готовъ. Обильно разбавляя его водой, готовятъ кислое питье „язму“, которую охотно пьютъ въ жаркое время.

Стручковый перецъ употребляется татарами большею частію въ соленомъ видѣ. Для этой цѣли кладутъ его въ небольшую кадку, пересыпая винограднымъ листомъ, наливаютъ водой, сыплютъ крупную соль и оставляютъ до употребленія дней на десять.

Немалое значеніе въ татарскомъ быту имѣетъ также „бекмезъ“ или вареный яблочный сокъ, очень густой и кисловато-сладкій на вкусъ. Получаютъ его слѣдующимъ образомъ: сырые яблоки толкутъ молотками въ корытѣ, сыпаютъ эту измельченную массу въ кадку, подливаютъ въ послѣднюю немного воды и оставляютъ часа на три, на четыре, время отъ времени размѣшивая все длинными веслами. Затѣмъ эту массу помѣщаютъ подъ прессъ и выдавливаютъ весь сокъ, стекающій по жолобу въ подставленную чашу. Этотъ то сокъ и варятъ въ большихъ мѣдныхъ тазахъ до тѣхъ поръ, пока онъ не сдѣлается густымъ; такъ что отъ первоначальнаго количества сока остается послѣ варки только одна треть его. Татары заготавливаютъ его (съ половины Іюля до половины Сентября мѣс.) въ большихъ количествахъ на цѣлый годъ. Употребленіе бекмеза разнообразно: его ѣдятъ съ хлѣбомъ, когда семья ограничивается сухояденіемъ, разбавляютъ имъ воду для питья (*шербетъ*), кладутъ въ различныя мучнистыя блюда и пр. Точно также дѣлаютъ иногда бекмезъ и изъ грушъ.

Перехожу теперь къ объясненію таблицъ. Записывалось въ таблицахъ только то, что съѣдалось семьей каждый разъ за завтракомъ, обѣдомъ и ужиномъ. Если же члены семьи ѣли не одновременно, то количество съѣденнаго за извѣстный промежутокъ времени обозначалось подъ заглавіемъ: „до обѣда“, „до ужина“. Пятницу татары стараются отличить отъ прочихъ дней лучшей пищей, какъ недѣльный свой праздникъ, поэтому она вездѣ въ таблицахъ обозначена.

Въ случаѣ остатка какого либо сложнаго блюда (пирожки, вареники, каша), количество отдѣльныхъ продуктовъ, входящихъ въ составъ этаго блюда, съѣденное за разъ въ обѣдѣ или ужинѣ, высчитать было не трудно, зная первоначальный вѣсъ продукта до приготовления блюда, вѣсъ всего блюда въ приготовленномъ видѣ и вѣсъ употребленной части его. Тамъ, гдѣ это было можно, баранина вынималась изъ остав-

¹⁾ За отсутствіемъ стараго катыка, закваской служитъ винная ягода (инжиръ) или кусочекъ засушеннаго желудка молодого ягненка.

шихся пирожковъ и варениковъ и свѣшивалась отдѣльно; въ противномъ случаѣ вычислялась также, какъ и другіе продукты, взятые на приготовленіе сложнаго блюда. Если и была ошибка при вычисленіяхъ въ послѣднемъ случаѣ, то небольшая ¹⁾ и избѣжать ее было нельзя,

При вычисленіи средняго недѣльнаго количества пищи, выпадающаго на долю каждаго взрослого члена въ тѣхъ семьяхъ, гдѣ были дѣти, я былъ поставленъ въ маленькое затрудненіе. Брать среднюю цифру, не дѣлая никакого различія между взрослыми и дѣтьми, конечно, было бы крупной ошибкой. Я долженъ былъ, слѣдовательно, руководствоваться какимъ нибудь дѣленіемъ для опредѣленія количества пищи, потребляемой каждымъ изъ дѣтей различныхъ возрастовъ.

Въ литературѣ, хотя существуетъ нѣсколько указаній относительно количества питательныхъ началъ, потребляемыхъ дѣтьми, но взять ихъ за руководство для моихъ цѣлей я не могъ. Проф. Фойтъ ²⁾, производя вычисленія по количеству пищевыхъ продуктовъ, расходуемыхъ за извѣстный періодъ времени въ Мюнхенскомъ сиротскомъ домѣ, опредѣлилъ среднее количество бѣлковъ, жировъ и углеводовъ, потребляемыхъ въ день каждымъ изъ дѣтей этаго заведенія. Вывелъ онъ эти среднія цифры для дѣтей, не принимая въ расчетъ разницы въ ихъ возрастѣ, который колеблется отъ 6 до 15 лѣтъ. Признать же, что дѣти различныхъ возрастовъ, тѣмъ болѣе колеблющихся въ указанныхъ предѣлахъ, съѣдаютъ въ день одинаковое количество пищи, очевидно, невозможно.

Камереръ ³⁾ и наша соотечественница С. Гассе ⁴⁾ производили наблюденія надъ питаніемъ дѣтей въ возрастѣ отъ 2 до 11 лѣтъ и вычислили количество питательныхъ началъ, подающихъ на каждый возрастъ отдѣльно. Но и эти данныя не могли быть утилизированы мной. Камереръ, наблюдая питаніе собственныхъ пяти дѣтей, кормилъ ихъ пищей опредѣленнаго состава и при томъ „весьма богатой азотистыми веществами“, какъ самъ онъ это замѣчаетъ. Г-жа Гассе изслѣдовала питаніе только шести дѣвочекъ и изъ зажиточнаго класса. Ни тѣмъ, ни другой не было произведено, насколько мнѣ извѣстно, параллельныхъ наблюденій надъ количествомъ пищи взрослыхъ при тѣхъ же условіяхъ жизни.

Не имѣя никакого желанія умалять достоинство данныхъ, полу-

¹⁾ Количество начинки обыкновенно не велико и распредѣлялось равномерно для каждаго пирожка и вареника.

²⁾ Фойтъ. „Пища въ сиротскихъ домахъ и воспитательныхъ заведеніяхъ“. Loco cit.

³⁾ Zeitschrift für Biologie. 1880, XVI Bd. p. 25. „Versuche über den Stoffwechsel, angestellt mit 5 Kindern im Alter von 2—11 Jahren“.

⁴⁾ Софія Гассе. „Къ вопросу о питаніи дѣтей въ возрастѣ отъ 2 до 11 лѣтъ“. 1882 г. Спб.

ченых двумя послѣдними изслѣдователями, и тѣмъ не менѣе долженъ замѣтить, что эти данныя выведены изъ наблюдений надъ весьма малымъ числомъ дѣтей и пользоваться ими поэтому, какъ руководствомъ при опредѣленіи количества питательныхъ началъ, потребныхъ для дѣтей различныхъ возрастовъ и при различныхъ условіяхъ, во всякомъ случаѣ нельзя.

Итакъ я принужденъ былъ при вычисленіи количества пищи на дѣтей, встрѣчавшихся при моихъ наблюденияхъ, принять свое дѣленіе, правда мало научное, но основанное все-таки на нѣсколькихъ наблюденияхъ. Возрастъ дѣтей, въ изслѣдованныхъ мною семьяхъ, колебался отъ 7 до 15 лѣтъ и я принималъ, что ребенокъ отъ 7 до 10 лѣтъ съѣдаетъ половину количества пищи взрослого, отъ 10 до 12 лѣтъ — двѣ трети этаго количества и, наконецъ, для 15 лѣтняго мальчика во второй семьѣ (Усеина Халиль-оглу), вполне физически развитаго и здороваго, съѣдавашаго дѣйствительно не менѣе своего отца, вычислилъ количество пищи, какъ на взрослого.

Въ семьѣ Амета Мердинъ-оглу (табл. № 13), гдѣ въ продолженіи двухъ дней въ періодъ наблюдений участвовали въ ѣдѣ не всѣ члены семьи, вычисленія сдѣланы за каждый день отдѣльно на одного члена и затѣмъ уже взято недѣльное количество пищи на каждого взрослого. Для четырехъ семей изъ деревни „Кизильташъ“ (табл. №№ 15—18) и для двухъ въ „Гурзуфѣ“ (табл. №№ 9 и 11) количество пищи вычислено сразу за цѣлый день, такъ какъ не было возможности каждый разъ слѣдить за количествомъ потребляемаго этими семьями за обѣдомъ или ужиномъ.

Во всѣхъ случаяхъ при наблюденияхъ я отмѣчалъ для себя степень жира употребляемой баранины и потому при вычисленіи питательныхъ началъ, содержащихся въ ней, дѣлилъ ее на „очень жирную“, „полужирную“ и „тощую“. Къ послѣдней категоріи отнесена и жареная баранина въ тѣхъ случаяхъ, гдѣ вытопившееся изъ нея сало не было употребляемо, какъ напр. во второй семьѣ. Катыкъ по питательному достоинству я считалъ, за отсутствіемъ въ литературѣ какихъ либо соотвѣтствующихъ другихъ данныхъ, равнымъ молоку. Поэтому при вычисленіяхъ бралъ для него тѣже цифры, какъ и для молока, хотя въ сущности питательность катыка, вѣроятно, нѣсколько большая, чѣмъ послѣдняго, такъ какъ при кипяченіи часть воды изъ молока улетучивается.

Мнѣ остается упомянуть еще о томъ, что наблюдения въ первыхъ шести семьяхъ происходили во время ихъ поста—„Ураза“ и большею частію одновременно надъ двумя сосѣдними семьями. Постъ этотъ соблюдается въ продолженіи всего девятаго луннаго мѣсяца „Рамазана“, татары выполняютъ такъ, что абсолютно ничего не ѣдятъ и не пьютъ

отъ восхода и до заката солнца. Соблюденіе поста обязательно у нихъ для мужскаго поколѣнія съ 14 лѣтъ, для женскаго же съ 12 лѣтъ. Такимъ образомъ въ этихъ шести семьяхъ обѣдъ происходилъ отъ 7 до 8 часовъ вечера, ужинъ же приблизительно часовъ около 12. Въ остальныхъ семьяхъ время ѣды приблизительно распредѣлялось такъ: обѣдъ отъ часа до двухъ, ужинъ отъ 7 до 8 часовъ; время же завтрака колебалось въ разныхъ семьяхъ различно.

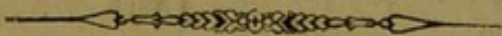


Таблица № 1.

Имя хозяина семьи: **Селимъ Умеръ оглу.**

Мушнинъ въ семьѣ 3 возрастомъ 35, 27 и 22 лѣтъ.

Женщинъ " 1 " 38 "

2 ч. Юня, 1885 годъ.

| | <i>Объѣдъ:</i> | Количество въ граммахъ. | |
|------------|----------------|-------------------------------|-----|
| | Хлѣбъ . . . | 1217 | |
| | Сыръ . . . | 172 | |
| | Масло . . . | 183 | |
| | Медъ . . . | 135 | |
| Супъ . . . | } | Баранина . . . | 865 |
| | | Чечевица . . . | 97 |
| | | Лукъ . . . | 136 |
| | | Чеснокъ . . . | 18 |
| | <i>Ужинъ:</i> | | |
| | Хлѣбъ . . . | 528 | |
| | Сыръ . . . | 88 | |
| Каша . . . | } | Рисъ . . . | 975 |
| | | Бобы . . . | 143 |
| | | Масло . . . | 112 |
| | | Лукъ . . . | 31 |
| | Чеснокъ . . . | 15 | |

3 ч.

| | <i>Объѣдъ:</i> | Количество въ граммахъ. | |
|------------|----------------|-------------------------------|-----|
| | Хлѣбъ . . . | 830 | |
| Пирожки . | } | Мука . . . | 522 |
| | | Сало . . . | 190 |
| Супъ . . . | } | Баранина . . . | 713 |
| | | Чечевица . . . | 146 |
| | | Лукъ . . . | 125 |

Ужинъ:

| | | | |
|-----------|-------------|----------------|-----|
| | Хлѣбъ . . . | 275 | |
| | Сыръ . . . | 126 | |
| | Масло . . . | 117 | |
| Пирожки . | } | Мука . . . | 208 |
| | | Баранина . . . | 250 |
| | | Сало . . . | 75 |

4 ч.

| | <i>Объѣдъ:</i> | Количество въ граммахъ. | |
|------------|----------------|-------------------------------|-----|
| | Хлѣбъ . . . | 721 | |
| | Сыръ . . . | 174 | |
| | Масло . . . | 105 | |
| Вареники . | } | Мука . . . | 585 |
| | | Баранина . . . | 853 |
| Супъ . . . | } | Чечевица . . . | 180 |
| | | Лукъ . . . | 124 |
| | | Катыкъ . . . | 675 |

Ужинъ:

| | | | |
|------------|-------------|----------------|-----|
| | Хлѣбъ . . . | 338 | |
| Пилавъ . . | } | Рисъ . . . | 754 |
| | | Баранина . . . | 320 |
| | | Сливки . . . | 172 |

5 ч.

| | <i>Объѣдъ:</i> | Количество въ граммахъ. | |
|------------|----------------|-------------------------------|-----|
| | Хлѣбъ . . . | 1114 | |
| | Сыръ . . . | 142 | |
| | Масло . . . | 173 | |
| | Медъ . . . | 265 | |
| Пилавъ . . | } | Баранина . . . | 625 |
| | | Рисъ . . . | 713 |

Ужинъ:

| | | | |
|-------------|-------------|----------------|-----|
| | Хлѣбъ . . . | 502 | |
| Голубцы . . | } | Рисъ . . . | 217 |
| | | Баранина . . . | 385 |
| | | Катыкъ . . . | 718 |

6 ч.

| | <i>Объѣдъ:</i> | Количество въ граммахъ. |
|--|----------------|-------------------------------|
| | Хлѣбъ . . . | 1013 |
| | Сыръ . . . | 182 |
| | Масло . . . | 94 |
| | Медъ . . . | 68 |

| | Количество въ граммахъ. | | Количество въ граммахъ. |
|--------------------------------|-------------------------------|-------------------|-------------------------------|
| Супъ | { Баранина 1042 | Голубцы | { Рисъ 320 |
| | { Чечевица 152 | | { Баранина 277 |
| | { Лукъ 148 | | { Катыкъ 655 |
| | { Чеснокъ 12 | | |
| | <i>У ж и н ъ:</i> | 8 ч. | <i>Об ѣ д ѣ:</i> |
| | Хлѣбъ 432 | | Хлѣбъ 1312 |
| | Масло 85 | | Сыръ 131 |
| | Медъ 92 | | Масло 114 |
| | Лукъ 38 | | Медъ 184 |
| | Чеснокъ 14 | Супъ | { Рисъ 118 |
| | | | { Баранина 772 |
| | | | { Лукъ 35 |
| | | | { Чеснокъ 15 |
| 7 ч. Пятница. <i>Об ѣ д ѣ:</i> | | | <i>У ж и н ъ:</i> |
| | Хлѣбъ 632 | | Хлѣбъ 671 |
| | Сыръ 120 | | Сыръ 186 |
| | Масло 112 | | Масло 68 |
| | Медъ 96 | | Медъ 52 |
| Лепешки | { Мука 649 | | Лукъ 24 |
| | { Сало 240 | | Чеснокъ 11 |
| Жаркое | { Баранина 1155 | | Катыкъ 1126 |
| | <i>У ж и н ъ:</i> | | |
| | Хлѣбъ 465 | | |
| Лепешки | { Мука 218 | | |
| | { Сало 81 | | |

Примѣчанія: 1) Сахара потреблено за недѣлю 1106 грм. Баранина, съѣденная 3 числа въ обѣдѣ, высчитана изъ супа и пирожковъ, въ ужинѣ—изъ пирожковъ и оставшаяся отъ обѣда; въ обѣдѣ 4 ч. высчитана изъ супа и варениковъ. Масло, смѣшанное съ медомъ, ѣдятъ съ хлѣбомъ и сыромъ; лукъ и чеснокъ—въ уксусѣ 2).

1) Общее для всѣхъ таблицъ: сыръ—овечій „Брынза“, масло—коровье, сало—баранье, хлѣбъ—пшеничный, мука—пшеничная, перецъ—стручковый.

2) Тотъ же способъ употребленія означенныхъ продуктовъ былъ наблюдаемъ и въ слѣдующихъ семьяхъ.

Таблица № 2.

Имя хозяина семьи: Усеинъ Халиль оглу.
Муштинъ въ семьѣ 2 возрастомъ 38 и 15 лѣтъ.

3 ч. Юня. *Обѣдъ:*

| | Количество въ граммахъ |
|-------------------------------|------------------------------|
| Хлѣбъ | 522 |
| Сыръ | 74 |
| Масло | 67 |
| Жаркое . (Баранина) | 432 |
| <i>Ужинъ:</i> | |
| Хлѣбъ | 313 |
| Масло | 56 |
| Макаронны | 204 |
| Сливки | 191 |

4 ч. *Обѣдъ:*

| | |
|-------------------------------|-----|
| Хлѣбъ | 696 |
| Сыръ | 102 |
| Жаркое . (Баранина) | 448 |
| <i>Ужинъ:</i> | |
| Хлѣбъ | 275 |
| Жаркое . (Баранина) | 266 |
| Огурцы | 127 |

5 ч. *Обѣдъ:*

| | | |
|------------------|--------------------|-----|
| Хлѣбъ | 374 | |
| Сыръ | 84 | |
| Масло | 72 | |
| Медь | 145 | |
| Супъ | Баранина | 388 |
| | Чечевица | 82 |
| | Лукъ | 45 |
| <i>Ужинъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | 273 | |
| Пилавъ | Рисъ | 240 |
| | Баранина | 212 |

6 ч. *Обѣдъ:*

| | Количество въ граммахъ. | |
|---------------------|-------------------------------|-----|
| Хлѣбъ | 592 | |
| Сыръ | 98 | |
| Макаронны | 248 | |
| Масло | 122 | |
| Катыкъ | 352 | |
| <i>Ужинъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | 218 | |
| Каша | Рисъ | 173 |
| | Бобы | 49 |
| | Сало | 47 |
| | Катыкъ | 518 |

7 ч. Пятница. *Обѣдъ:*

| | |
|-------------------------------|-----|
| Хлѣбъ | 347 |
| Сыръ | 40 |
| Медь | 62 |
| Жаркое . (Баранина) | 496 |
| Огурцы | 162 |
| <i>Ужинъ:</i> | |
| Хлѣбъ | 375 |
| Масло | 53 |
| Жаркое . (Баранина) | 259 |
| Огурцы | 217 |

8 ч. *Обѣдъ:*

| | | |
|-----------------|------------------|-----|
| Хлѣбъ | 421 | |
| Каша | Рисъ | 445 |
| | Бобы | 89 |
| | Сало | 125 |
| | Катыкъ | 472 |

| | | У ж и н ы: | Количество въ граммахъ. | Количество въ граммахъ: | | |
|------------|---|-------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------|-----|
| Каша . . . | { | Хлѣбъ . . . | 194 | Жаркое . (Баранина . . . | Масло . . . | 45 |
| | | Рисъ . . . | 312 | | | 276 |
| | | Бобы . . . | 62 | | | |
| | | Сало . . . | 68 | | | |
| <hr/> | | | | | | |
| 9 ч. | | Объѣдъ: | | | У ж и н ы: | |
| | | Хлѣбъ . . . | 315 | Жаркое . (Баранина . . . | Хлѣбъ . . . | 273 |
| | | Сыръ . . . | 133 | | Сыръ . . . | 77 |

Примѣчанія: Сахара потреблено за недѣлю 830 грм. Хлѣбъ покушной, первый сортъ. Сало, вытапливавшееся изъ жареной баранины, не было употребляемо.

Таблица № 3.

Имя хозяина семьи: Мустафа Меметь оглу.

Мущинъ въ семьѣ 2 возрастомъ 27 и 16 лѣтъ.

Женщинъ " 2 " 52 " 29 "

| 10 ч. Юня. Объѣдъ: | | У ж и н ы: | | | | | |
|--------------------|--------------|----------------|------|--------------------------|--------------|---------|--|
| Окрошка . | { | Хлѣбъ . . . | 1385 | Жаркое . (Баранина . . . | Хлѣбъ . . . | 546 | |
| | | Сыръ . . . | 288 | | Масло . . . | 165 | |
| | | Масло . . . | 197 | | Медъ . . . | 112 | |
| | | Медъ . . . | 226 | | | 634 | |
| | | Огурцы . . . | 648 | | <hr/> | | |
| | | Лукъ . . . | 118 | | 12 ч. | Объѣдъ: | |
| | | Чеснокъ . . . | 49 | | | | |
| | Катыкъ . . . | 982 | | | | | |
| | | У ж и н ы: | | | | | |
| | | Хлѣбъ . . . | 568 | | Хлѣбъ . . . | 1060 | |
| | | Сыръ . . . | 215 | | Сыръ . . . | 287 | |
| | | Масло . . . | 226 | | Масло . . . | 210 | |
| | | Медъ . . . | 210 | | Медъ . . . | 162 | |
| | | | | Каша . . . | { Рисъ . . . | 853 | |
| | | | | | { Сало . . . | 225 | |
| <hr/> | | | | | | | |
| | | Объѣдъ: | | | У ж и н ы: | | |
| Супъ . . . | { | Хлѣбъ . . . | 1192 | | Хлѣбъ . . . | 665 | |
| | | Сыръ . . . | 338 | | Сыръ . . . | 242 | |
| | | Баранина . . . | 714 | | Медъ . . . | 153 | |
| | | Чечевица . . . | 254 | | Катыкъ . . . | 1395 | |
| | | Лукъ . . . | 53 | | | | |

14 ч. Пятница.

| | | <i>Объѣдъ:</i> | |
|------------|------------------|----------------|-----------|
| | | Количество | въ |
| | | граммахъ. | граммахъ. |
| | Хлѣбъ . . . | 775 | |
| | Сыръ . . . | 195 | |
| | Масло . . . | 176 | |
| | Медъ . . . | 232 | |
| Супъ . . . | } Баранина . . . | 851 | |
| | | Чечевица . . . | 213 |
| | | Лукъ . . . | 312 |
| | | Чеснокъ . . . | 91 |
| | | <i>Ужинъ:</i> | |
| Вареники . | } Мука . . . | 674 | |
| | | Баранина . . . | 256 |
| | | Сало . . . | 205 |

15 ч.

| | | <i>Объѣдъ:</i> | |
|-----------|------------------|----------------|-----|
| | Хлѣбъ . . . | 626 | |
| | Сыръ . . . | 218 | |
| Голубцы . | } Рисъ . . . | 435 | |
| | | Баранина . . . | 450 |
| | Катыкъ . . . | 526 | |
| | Лукъ . . . | 74 | |
| | Чеснокъ . . . | 25 | |
| | | <i>Ужинъ:</i> | |
| | Хлѣбъ . . . | 741 | |
| | Сыръ . . . | 165 | |
| Жаркое . | (Баранина . . . | 474 | |

16 ч.

| | | <i>Объѣдъ:</i> | | Количество |
|-----------|--------------|------------------|--------------|------------|
| | | | | въ |
| | | | | граммахъ. |
| | Хлѣбъ . . . | | | 985 |
| | Медъ . . . | | | 128 |
| Пирожки . | } Мука . . . | | | 465 |
| | | } Баранина . . . | | 305 |
| | | | } Сало . . . | |
| | | <i>Ужинъ:</i> | | |
| | Хлѣбъ . . . | | | 340 |
| | Масло . . . | | | 115 |
| Пирожки . | } Мука . . . | | | 187 |
| | | } Баранина . . . | | 123 |
| | | | } Сало . . . | |
| | Катыкъ . . . | | | 775 |

17 ч.

| | | <i>Объѣдъ:</i> | | |
|-----------|------------------|------------------|--------------|-----|
| | Хлѣбъ . . . | | 1245 | |
| | Макаронны . . . | | 262 | |
| Жаркое . | (Баранина . . . | | 759 | |
| | | Огурцы . . . | 326 | |
| | | <i>Ужинъ:</i> | | |
| | Хлѣбъ . . . | | 566 | |
| Голубцы . | } Рисъ . . . | | 260 | |
| | | } Баранина . . . | | 278 |
| | | | Катыкъ . . . | 434 |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 1304 грам. ¹⁾. Количество лука и чеснока, указанное въ обѣдѣ 14 ч., употреблено въ супѣ и отдѣльно.

¹⁾ Какъ въ данной семьѣ, такъ и въ семьяхъ седьмой, двѣнадцатой и шестнадцатой, гдѣ наблюденія велись не непрерывно въ теченіи семи дней, а съ пропускомъ въ одинъ день, недѣльное количество сахара вычислено изъ восьми-дневнаго исключеніемъ средняго количества на одинъ день.

Таблица № 4.

Имя хозяина семьи: Асанъ Сеитъ Халиль оглу.
 Мужинъ въ семьѣ 2 возрастомъ 26 и 23 лѣтъ.
 Женщинъ " 1 " 27 "

| 12 ч. Юня. Обѣдъ: | | Количество въ граммахъ. | Ужинъ: | | Количество въ граммахъ. |
|--------------------|-----------------------|-------------------------------|-------------------|-----------------------|-------------------------------|
| | Хлѣбъ | 584 | | Хлѣбъ | 256 |
| | Сыръ | 118 | | Баранина *) | 426 |
| | Медъ | 135 | | Масло | 130 |
| Супъ | { Баранина | 418 | | Сыръ | 163 |
| | { Чечевица | 97 | | | |
| | { Лукъ | 80 | | | |
| Ужинъ: | | | 15 ч. Обѣдъ: | | |
| | Хлѣбъ | 348 | | Хлѣбъ | 745 |
| | Сыръ | 77 | | Сыръ | 212 |
| | Баранина *) | 245 | | Масло | 159 |
| | Катыкъ | 712 | Пирожки | { Мука | 504 |
| | | | | { Баранина | 140 |
| | | | | { Сало | 117 |
| 13 ч. Обѣдъ: | | | Ужинъ: | | |
| | Хлѣбъ | 812 | | Хлѣбъ | 427 |
| | Сыръ | 216 | | Масло | 170 |
| Вареники | { Баранина | 195 | Пирожки | { Мука | 126 |
| | { Мука | 556 | | { Баранина | 34 |
| Ужинъ: | | | | { Сало | 29 |
| | Хлѣбъ | 380 | 16 ч. Обѣдъ: | | |
| | Сыръ | 125 | | Хлѣбъ | 948 |
| | Медъ | 108 | | Сыръ | 114 |
| | Катыкъ | 514 | Супъ | { Баранина | 568 |
| 14 ч. Пятница. | | | | { Чечевица | 122 |
| Обѣдъ: | | | | { Лукъ | 84 |
| | Хлѣбъ | 287 | | Катыкъ | 867 |
| | Сыръ | 192 | Ужинъ: | | |
| | Медъ | 185 | | Хлѣбъ | 475 |
| Супъ | { Баранина | 675 | | Масло | 143 |
| | { Чечевица | 200 | | Медъ | 146 |
| | { Лукъ | 96 | | Катыкъ | 684 |
| | Сливки | 142 | | | |

*) Звѣздочкой въ ужинѣ обозначены продукты, оставшіеся отъ обѣда.

| 17 ч. | Объездъ: | Количество въ граммахъ. | 18 ч. | Объездъ: | Количество въ граммахъ. |
|------------|----------------|-------------------------------|--------------|-------------------|-------------------------------|
| | Хлѣбъ . . . | 1026 | | Хлѣбъ . . . | 428 |
| | Сыръ . . . | 287 | | Сыръ . . . | 156 |
| Каша . . . | { Рисъ . . . | 578 | Жаркое . . . | { Баранина . . . | 445 |
| | { Бобы . . . | 144 | | { Макароны . . . | 487 |
| | { Масло . . . | 124 | | { Огурцы . . . | 316 |
| | { Сливки . . . | 215 | | | |
| | Ужинъ: | | | Ужинъ: | |
| | Хлѣбъ . . . | 410 | | Хлѣбъ . . . | 283 |
| Каша . . . | { Рисъ . . . | 310 | | Сыръ . . . | 110 |
| | { Бобы . . . | 77 | | Баранина *) . . . | 315 |
| | { Катикъ . . . | 628 | | Огурцы . . . | 221 |

Примѣчаніе. Сахара потреблено за надѣлю 951 грм.

Таблица № 5.

Имя хозяина семьи: Сеитъ-Нафе Усеинъ оглу.

Мушинъ въ семьѣ 2 возрастомъ 23 и 16 лѣтъ

Женщинъ „ 1 „ 52 „

| 19 ч. Юня. Объездъ: | Количество | 20 ч. | Количество | |
|---------------------|------------------|---------------------------|------------|----|
| Хлѣбъ . . . | 345 | Хлѣбъ . . . | 553 | |
| Масло . . . | 125 | Сыръ . . . | 220 | |
| Супъ . . . | { Баранина . . . | 616 | Медь . . . | 92 |
| | { Чечевица . . . | 194 | | |
| | { Лукъ . . . | 183 | | |
| Ужинъ: | | | | |
| Хлѣбъ . . . | 675 | | | |
| Масло . . . | 97 | | | |
| Окрошка . . . | { Огурцы . . . | 556 | | |
| | { Лукъ . . . | 120 | | |
| | { Катикъ . . . | 774 | | |
| | | | | |
| | | 21 ч. Пятн. Объездъ: | | |
| | | Хлѣбъ . . . | 465 | |
| | | Сыръ . . . | 163 | |
| | | Жаркое { Баранина . . . | 595 | |
| | | { Мука . . . | 312 | |
| | | Алва . . . { Сахаръ . . . | 96 | |
| | | { Масло . . . | 233 | |

| Ужинъ: | | Количество въ граммахъ. | | | Количество въ граммахъ. | | | |
|-----------------|----------------|-------------------------------|-------|--------------|-------------------------------|----------------|----------------|----------------|
| Алва . . . | Хлѣбъ . . . | 286 | 24 ч. | Обѣдъ: | Масло . . . | 138 | | |
| | Мука . . . | 282 | | | Кукуруза . . . | 221 | | |
| | Сахаръ . . . | 93 | | Жаркое . . |) Баранина . . | 896 | | |
| | Масло . . . | 262 | | | | (Макароны . . | 293 | |
| | Медъ . . . | 190 | | | | Огурцы . . . | 254 | |
| 22 ч. | Обѣдъ: | | | Ужинъ: | | | | |
| Супъ . . . | Хлѣбъ . . . | 664 | 25 ч. | Обѣдъ: | Хлѣбъ . . . | 343 | | |
| | Баранина . . . | 672 | | | Кукуруза . . . | 144 | | |
| | Чечевица . . . | 242 | | | Жаркое . . |) Баранина . . | 589 | |
| | Лукъ . . . | 95 | | | | | (Макароны . . | 155 |
| | Ужинъ: | | | Огурцы . . . | 87 | | | |
| Сладкій супъ | Хлѣбъ . . . | 418 | 23 ч. | Обѣдъ: | Хлѣбъ . . . | 822 | | |
| | Масло . . . | 156 | | | Сыръ . . . | 115 | | |
| | Пшеница . . . | 294 | | | Супъ . . . | (Баранина . . | 525 | |
| Медъ . . . | 174 | Чечевица . . . | 186 | | | | | |
| | Ужинъ: | | | Лукъ . . . | 71 | | | |
| 23 ч. | Обѣдъ: | Хлѣбъ . . . | 679 | 25 ч. | Обѣдъ: | Хлѣбъ . . . | 822 | |
| | | Масло . . . | 172 | | | Сыръ . . . | 115 | |
| | | Сыръ . . . | 126 | | | Супъ . . . | (Баранина . . | 525 |
| | | Кукуруза . . . | 495 | | | | | Чечевица . . . |
| | | Катыкъ . . . | 836 | | | | | Лукъ . . . |
| | Ужинъ: | | | Ужинъ: | | | | |
| | Хлѣбъ . . . | 430 | | | Хлѣбъ . . . | 646 | | |
| | | | | | Сыръ . . . | 78 | | |
| | | | | | Катыкъ . . . | 738 | | |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 1358 грм. Масло въ обѣдѣ и ужинѣ 21 ч. высчитано вмѣстѣ, какъ изъ алвы, такъ и употребленное съ хлѣбомъ.

Таблица № 6.

Имя хозяина семьи: **Ибраимъ Усеинъ Эфенди оглу.**

Мушнинъ въ семьѣ 1 возрастомъ 36 лѣтъ.

Женщинъ " 1 " 25 "

| 24 ч. Юня. | Объѣдъ: | Количество въ граммахъ. | 27 ч. | Объѣдъ: | Количество въ граммахъ. | | | |
|----------------------|-------------------|-------------------------------|----------------|---------------------|-------------------------------|--|--|--|
| | Хлѣбъ . . . | 453 | | Хлѣбъ . . . | 374 | | | |
| Супъ . . . | { Баранина . . . | 548 | Супъ . . . | { Масло . . . | 145 | | | |
| | { Чечевица . . . | 96 | | { Баранина . . . | 312 | | | |
| | { Лукъ . . . | 50 | | { Помидоры . . . | 171 | | | |
| | | | | { Лукъ . . . | 52 | | | |
| | Ужинъ: | | | Ужинъ: | | | | |
| Каша . . . | Хлѣбъ . . . | 165 | Каша . . . | Хлѣбъ . . . | 189 | | | |
| | { Рисъ . . . | 407 | | { Баранина *) . . . | 180 | | | |
| | { Сало . . . | 91 | | { Огурцы . . . | 155 | | | |
| <hr/> | | | | | | | | |
| 25 ч. | Объѣдъ: | | 28 ч. Пятница. | Объѣдъ: | | | | |
| | Хлѣбъ . . . | 335 | | Хлѣбъ . . . | 284 | | | |
| Супъ . . . | { Баранина . . . | 256 | Котлеты . . | { Картофель . . . | 264 | | | |
| | { Чечевица . . . | 142 | | { Масло . . . | 227 | | | |
| | { Лукъ . . . | 66 | | { Баранина . . . | 673 | | | |
| Каша . . . | { Пшеница . . . | 295 | Супъ . . . | { Чечевица . . . | 136 | | | |
| | { Медъ . . . | 97 | | { Лукъ . . . | 95 | | | |
| | Ужинъ: | | | Ужинъ: | | | | |
| | Хлѣбъ . . . | 211 | | Хлѣбъ . . . | 192 | | | |
| | Масло . . . | 115 | | Баранина *) . . . | 258 | | | |
| | Баранина *) . . . | 158 | <hr/> | | | | | |
| | Огурцы . . . | 332 | 26 ч. | Объѣдъ: | | | | |
| <hr/> | | | | | | | | |
| 26 ч. | Объѣдъ: | | 29 ч. | Объѣдъ: | | | | |
| | Хлѣбъ . . . | 466 | | Хлѣбъ . . . | 445 | | | |
| Жаркое. въ маслѣ. | { Баранина . . . | 577 | Котлеты . . | { Баранина . . . | 541 | | | |
| | { Помидоры . . . | 315 | | { Масло . . . | 172 | | | |
| | { Чечевица . . . | 148 | | { Мука . . . | 197 | | | |
| | { Огурцы . . . | 162 | | { Медъ . . . | 39 | | | |
| | { Перець . . . | 105 | | Ужинъ: | | | | |
| | { Лукъ . . . | 86 | | Хлѣбъ . . . | 226 | | | |
| | Масло . . . | 123 | | { Масло . . . | 47 | | | |
| | Ужинъ: | | Алва . . . | { Мука . . . | 275 | | | |
| Хлѣбъ . . . | 237 | { Медъ . . . | | 55 | | | | |
| Баранина *) . . . | 295 | <hr/> | | | | | | |

| 30 ч | <i>Обѣдъ:</i> | Количество въ граммахъ. | Ужинъ: | Количество въ граммахъ. |
|------------|-----------------|-------------------------------|-------------|-------------------------------|
| | Хлѣбъ . . . | 338 | Хлѣбъ . . . | 265 |
| | { Баранина. . . | 617 | Медъ . . . | 113 |
| Супъ . . . | { Помидоры. . . | 262 | Масло . . . | 74 |
| | { Лукъ . . . | 84 | | |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 1036 грм. Въ обѣдѣ 28 ч. указанное количество баранины употреблено въ супѣ и въ формѣ котлетъ. Количество масла въ обѣдѣ 29 ч. высчитано изъ алвы и котлетъ, въ ужинѣ того же числа—изъ алвы.

Таблица № 7.

Имя хозяина семьи: **Османъ Аметъ оглу.**

Мушцинь въ семьѣ 1 возрастомъ 37 лѣтъ.

Женщинъ „ 2 „ „ 32 и 19 „

7 ч. Юля.

| | | | | |
|------------|-------------------|-----|------------|-----------------------|
| | <i>Завтракъ:</i> | | Супъ . . . | { Баранина. . . 463 |
| | Хлѣбъ . . . | 184 | | { Картофель . . . 294 |
| | Сыръ . . . | 122 | | { Помидоры . . . 375 |
| | | | | { Лукъ . . . 80 |
| | <i>Обѣдъ:</i> | | | <i>Ужинъ:</i> |
| | Хлѣбъ . . . | 433 | Голубцы. . | Хлѣбъ . . . 556 |
| | Масло . . . | 182 | | { Рисъ . . . 248 |
| Супъ . . . | { Баранина. . . | 455 | | { Баранина. . . 348 |
| | { Картофель . . . | 352 | | Катыкъ . . . 704 |
| | { Лукъ . . . | 138 | | |
| | <i>Ужинъ:</i> | | | |
| | Хлѣбъ . . . | 365 | | |
| | Сыръ . . . | 191 | | |
| Супъ . . . | { Баранина. . . | 382 | | |
| | { Рисъ . . . | 272 | | |

8 ч.

| | | | | |
|--|------------------|-----|------------|---------------------|
| | <i>Завтракъ:</i> | | 9 ч. | <i>Завтракъ:</i> |
| | Хлѣбъ . . . | 146 | | Хлѣбъ . . . 219 |
| | Сыръ . . . | 96 | | Масло . . . 84 |
| | | | | |
| | <i>Обѣдъ:</i> | | | <i>Обѣдъ:</i> |
| | Хлѣбъ . . . | 358 | | Хлѣбъ . . . 488 |
| | Сыръ . . . | 184 | | { Рисъ . . . 697 |
| | | | Каша . . . | { Бобы . . . 198 |
| | | | | { Сало . . . 108 |
| | | | | |
| | | | | <i>Ужинъ:</i> |
| | | | | Хлѣбъ . . . 618 |
| | | | | Сыръ . . . 72 |
| | | | Жаркое. . | { Баранина. . . 796 |

| | | Количество въ граммахъ. |
|-----------------------|----------------------|-------------------------------|
| Жаренные въ маслѣ. | { Помидоры | 290 |
| | { Перець | 85 |
| | { Лукъ | 62 |
| | { Масло | 216 |

| | | Количество въ граммахъ. |
|----------------|----------------------|-------------------------------|
| Супъ | { Баранина | 712 |
| | { Полидоры | 285 |
| | { Лукъ | 78 |
| Пирожки. | { Мука | 142 |
| | { Баранина | 49 |
| | { Сало | 44 |

11 ч. *Завтракъ:*

| | | |
|------------------|------------------|-----|
| Хлѣбъ | 337 | |
| <i>Обѣдъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | 405 | |
| Сало | 130 | |
| Сыръ | 159 | |
| <i>Ужинъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | 712 | |
| Сыръ | 84 | |
| Каша | { Рисъ | 613 |
| | { Бобы | 272 |
| | { Сало | 186 |
| Катыкъ | 980 | |

13 ч. *Завтракъ:*

| | | |
|--------------------|----------------------|-----|
| Хлѣбъ | 492 | |
| <i>Обѣдъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | 644 | |
| Сало | 212 | |
| Картофель (варен.) | 635 | |
| <i>Ужинъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | 486 | |
| Супъ | { Баранина | 740 |
| | { Помидоры | 242 |
| | { Лукъ | 85 |

12 ч. Пятница.

Завтракъ:

| | | |
|-----------------|----------------------|-----|
| Хлѣбъ | 236 | |
| Сало | 65 | |
| Сыръ | 104 | |
| <i>Обѣдъ:</i> | | |
| Пирожки. | { Мука | 498 |
| | { Баранина | 168 |
| | { Сало | 125 |
| <i>Ужинъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | 764 | |

14 ч. *Завтракъ:*

| | | |
|--------------------------------|-----------------------|-----|
| Хлѣбъ | 365 | |
| (отъ ужин.) Баранина | 224 | |
| <i>Обѣдъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | 656 | |
| Сало | 114 | |
| Катыкъ | 532 | |
| <i>Ужинъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | 425 | |
| Супъ | { Баранина | 946 |
| | { Помидоры | 185 |
| | { Картофель | 120 |
| | { Лукъ | 92 |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 921 грм. Сало ѣдятъ, намазывая на хлѣбъ, каковой способъ употребленія этого продукта былъ наблюдаемъ и въ другихъ семьяхъ.

Таблица № 8.

Имя хозяина семьи: Усеинъ Мердинъ Сеитъ оглу.

Мушинъ въ семьѣ 2 возрастомъ 39 и 22 лѣтъ.

Женщинъ „ „ 2 „ 25 и 17 „

| 17 ч. Юля. Завтракъ: | | Обѣдъ: | | | | |
|----------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|--------------------|----------------|------|
| | Количество въ граммахъ. | | Количество въ граммахъ. | | | |
| Хлѣбъ | 274 | Хлѣбъ | 976 | | | |
| Сало | 55 | Жаркое . . (Баранина) | 1020 | | | |
| <i>Обѣдъ:</i> | | <i>Ужинъ:</i> | | | | |
| Хлѣбъ | 842 | Хлѣбъ | 863 | | | |
| Супъ | { Баранина | 1383 | { Кефаль | 657 | | |
| | { Картофель | 419 | { Масло | 169 | | |
| | { Лукъ | 115 | Картоф. (варен.) | 365 | | |
| <i>Ужинъ:</i> | | 20 ч. Завтракъ: | | | | |
| Хлѣбъ | 577 | Хлѣбъ | 585 | | | |
| Каша | { Рисъ | 1186 | <i>Обѣдъ:</i> | | | |
| | { Сало | 208 | Хлѣбъ | 1562 | | |
| | Катыкъ | 529 | Сало | 267 | | |
| 18 ч. Завтракъ: | | <i>Ужинъ:</i> | | | | |
| Хлѣбъ | 498 | Хлѣбъ | 1241 | | | |
| <i>Обѣдъ:</i> | | Каша | { Рисъ | 1730 | | |
| Лепешки | { Мука | | 1053 | { Бобы | 459 | |
| | { Сало | | 75 | { Сало | 214 | |
| | Катыкъ | 998 | 21 ч. Завтракъ: | | | |
| <i>Ужинъ:</i> | | Хлѣбъ | 756 | <i>Обѣдъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | 1165 | Хлѣбъ | 1130 | Сало | 158 | |
| Супъ | { Баранина | 1115 | Сало | 158 | Катыкъ | 1209 |
| | { Помидоры | 260 | <i>Ужинъ:</i> | | | |
| | { Картофель | 186 | Хлѣбъ | 817 | | |
| | { Лукъ | 102 | Супъ | { Баранина | 962 | |
| 19 ч. Пятница. | | Супъ | { Помидоры | 231 | { Лукъ | 117 |
| <i>Завтракъ:</i> | | | | | | |
| Лепешки | { Мука | 834 | | | | |
| | { Сало | 59 | | | | |

| 22 ч. | Завтракъ: | Количество въ граммахъ. | 23 ч. | Завтракъ: | Количество въ граммахъ. |
|----------------|--------------------|-------------------------------|--------------|--------------------|-------------------------------|
| | Хлѣбъ | 287 | | Хлѣбъ | 462 |
| | Сало | 72 | | <i>Обѣдъ:</i> | |
| | <i>Обѣдъ:</i> | | | Хлѣбъ | 597 |
| | Хлѣбъ | 862 | | { Рись | 768 |
| Жаркое | { Кефаль | 1058 | Каша | { Бобы | 128 |
| | { Масло | 193 | | { Сало | 106 |
| | <i>Ужинъ:</i> | | | <i>Ужинъ:</i> | |
| | Хлѣбъ | 995 | | Хлѣбъ | 1218 |
| Супъ | { Баранина | 713 | Супъ | { Баранина | 969 |
| | { Рись | 335 | | { Помидоры | 225 |
| | | | | { Лукъ | 92 |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 1406 грм. Съ хлѣбомъ употребляютъ „бекмезъ“¹⁾.

Таблица № 9.

Имя хозяина семьи²⁾: Эмерсеинъ Эмиръ оглу.

Мущинъ въ семьѣ 2 возрастомъ 29 и 21 лѣтъ.

Женщинъ „ 1 „ 22 „

| | | | | |
|--------------|----------------|------|-----------------|--------------------|
| 28 ч. Юля. | | | Перецъ | 442 |
| | Хлѣбъ | 1612 | Лепешки | { Мука |
| | { Рись | 1296 | | { Сало |
| Каша | { Бобы | 384 | | |
| | Сало | 157 | 31 ч. | Хлѣбъ |
| | Катыкъ | 985 | | Сыръ |
| | | | | Баранина |
| 29 ч. | Хлѣбъ | 1885 | Супъ | { Помидоры |
| | Сыръ | 362 | | { Лукъ |
| | Перецъ | 147 | | |
| Жидкая каша | { Рись | 694 | 1 ч. Августа. | Хлѣбъ |
| | { Бобы | 295 | | Сыръ |
| | { Сало | 118 | | Перецъ |
| | | | | Тыква (варен.). |
| 30 ч. | Хлѣбъ | 988 | | Катыкъ |
| | Сыръ | 417 | | |

¹⁾ Во избѣжаніе повтореній упомяну здѣсь, что этотъ продуктъ былъ употребляемъ почти всѣми слѣдующими семьями.

²⁾ Семья, проводившая большую часть дня въ работѣ на огородахъ.

| 2 ч. Пятница. | | Количество въ граммахъ. | 3 ч. | Количество въ граммахъ. | |
|---------------|----------------|-------------------------------|----------------|-------------------------------|------|
| | Хлѣбъ . . . | 1364 | Хлѣбъ . . . | 1725 | |
| | Сало . . . | 136 | Жидкая каша | Рисъ . . . | 578 |
| Вареники | Мука . . . | 614 | | Бобы . . . | 277 |
| | | Баранина . . . | | | 1122 |
| | Помидоры . . . | 196 | | Тыква . . . | 895 |
| Супъ . . . | Лукъ . . . | 60 | | Катыкъ . . . | 2405 |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 384 грм. Баранина 2 ч. высчитана изъ супа и варениковъ.

Таблица № 10.

Имя хозяина семьи: Мустафа Сентъ Халиль оглу.

Мушинъ въ семьѣ 4 возрастомъ 46, 21, 16 и 11 лѣтъ.

Женщинъ „ 2 „ 37 и 7 „

| 4 ч. Авг. До обѣда: | | Ужинъ: | | | |
|---------------------|----------------|----------------|--------------|----------------|----------------|
| | Хлѣбъ . . . | 647 | Хлѣбъ . . . | 1162 | |
| | Перецъ . . . | 225 | Каша . . . | Рисъ . . . | 981 |
| | Обѣдъ: | | | Сало . . . | 217 |
| | Хлѣбъ . . . | 945 | Катыкъ . . . | 1515 | |
| Супъ . . . | Баранина . . . | 1392 | ----- | | |
| | | Помидоры . . . | 215 | 6 ч. До обѣда: | |
| | Лукъ . . . | 118 | Хлѣбъ . . . | 335 | |
| | Ужинъ: | | Каша . . . | (Рисъ . . . | 439 |
| | Хлѣбъ . . . | 996 | Катыкъ . . . | 678 | |
| | Баранина . . . | 485 | Обѣдъ: | | |
| Алва . . . | Мука . . . | 1132 | Хлѣбъ . . . | 1540 | |
| | | Сало . . . | 154 | Перецъ . . . | 172 |
| ----- | | | Катыкъ . . . | 1475 | |
| 5 ч. До обѣда: | Хлѣбъ . . . | 884 | Ужинъ: | | |
| | Обѣдъ: | | Хлѣбъ . . . | 894 | |
| | Хлѣбъ . . . | 795 | Перецъ . . . | 131 | |
| Супъ . . . | Баранина . . . | 1214 | Супъ . . . | Баранина . . . | 1419 |
| | | Помидоры . . . | | 230 | Помидоры . . . |
| | Лукъ . . . | 107 | | Лукъ . . . | 112 |

7 ч. *До обѣда:*

| | Количество въ граммахъ. |
|--------------|-------------------------------|
| Хлѣбъ . . . | 767 |
| Молоко . . . | 1285 |

Обѣдъ:

| | |
|--------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 2258 |
| Перецъ . . . | 248 |
| Катыкъ . . . | 1872 |

Ужинъ:

| | |
|-------------|-------------------|
| Хлѣбъ . . . | 994 |
| Каша . . . |) Рись . . . 1533 |
| |) Сало . . . 175 |

8 ч. *До обѣда:*

| | |
|--------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 1069 |
| Катыкъ . . . | 1917 |

Обѣдъ:

| | |
|--------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 1815 |
| Перецъ . . . | 232 |
| Катыкъ . . . | 3162 |

Ужинъ:

| | |
|-------------|---------------------|
| Хлѣбъ . . . | 998 |
| Супъ . . . |) Тыква . . . 1672 |
| |) Молока . . . 1388 |

9 ч. Пятница.

До обѣда:

| | Количество въ граммахъ. |
|-------------|-------------------------------|
| Хлѣбъ . . . | 587 |

Обѣдъ:

| | |
|-------------|-----------------------|
| Хлѣбъ . . . | 405 |
| Пирожки. |) Мука . . . 446 |
| |) Сало . . . 140 |
| Супъ . . . |) Баранина . . . 1534 |
| |) Помидоры . . . 262 |
| |) Лукъ . . . 94 |

Ужинъ:

| | |
|-------------|----------------------|
| Хлѣбъ . . . | 615 |
| Пирожки. |) Баранина . . . 813 |
| |) Мука . . . 667 |
| |) Сало . . . 206 |

10 ч. *До обѣда:*

| | |
|--------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 377 |
| Катыкъ . . . | 1214 |

Обѣдъ:

| | |
|--------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 1622 |
| Перецъ . . . | 186 |
| Катыкъ . . . | 2412 |

Ужинъ:

| | |
|-------------|-----------------------|
| Хлѣбъ . . . | 604 |
| Супъ . . . |) Баранина . . . 1472 |
| |) Помидоры . . . 241 |
| |) Лукъ . . . 85 |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 1314 грам. Въ ужинѣ 4 ч. алва была приготовлена съ бекмесомъ; въ ужинѣ 8 ч. изъ тыквы и молока—тыквенный супъ (Шорба). Баранина 9 ч. въ обѣдѣ высчитана изъ супа и пирожковъ, въ ужинѣ—изъ пирожковъ и оставшаяся отъ обѣда.

Таблица № 11.

Имя хозяина семьи: Мустафа Усеинъ оглу.
Муштинъ въ семьѣ 3 возрастомъ 37, 25 и 16 лѣтъ ¹⁾.

| 16 ч. Авг. Пятница. | | Количество въ граммахъ. | | | Количество въ граммахъ. |
|----------------------|-----------------|-------------------------------|----------------------|----------------|-------------------------------|
| Щи . . . | Хлѣбъ . . . | 1115 | 20 ч. | Хлѣбъ . . . | 1212 |
| | Баранина . . . | 927 | | Перецъ . . . | 329 |
| | Капуста . . . | 538 | Каша . . . | (Пшено . . . | 562 |
| | Лукъ . . . | 75 | | Катыкъ . . . | 1597 |
| | | | | Дыня . . . | 1217 |
| ----- | | | | | |
| 17 ч. | Хлѣбъ . . . | 989 | 21 ч. | Хлѣбъ . . . | 1597 |
| Каша . . . | (Пшено . . . | 1246 | Супъ . . . | (Тыква . . . | 976 |
| | Сало . . . | 195 | | (Молоко . . . | 1475 |
| | Катыкъ . . . | 1052 | | Дыня . . . | 785 |
| ----- | | | | | |
| 18 ч. | Хлѣбъ . . . | 1367 | 22 ч. | Хлѣбъ . . . | 1252 |
| Жидкая каша . . . | (Пшено . . . | 884 | Жидкая каша . . . | (Пшено . . . | 934 |
| | Помидоры . . . | 475 | | Сало . . . | 212 |
| | Сало . . . | 135 | | Помидоры . . . | 248 |
| ----- | | | | | |
| 19 ч. | Хлѣбъ . . . | 1653 | | Дыня . . . | 846 |
| Супъ . . . | (Баранина . . . | 746 | | | |
| | Капуста . . . | 624 | | | |
| | Помидоры . . . | 229 | | | |
| | Лукъ . . . | 134 | | | |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 458 грм. Каждый изъ членовъ данной семьи съѣдалъ, по собственному ихъ показанію, винограда въ сутки ²⁾ 1¹/₂—2 около (4¹/₂—6 фунтовъ).

¹⁾ Рабочіе на виноградникахъ и огородахъ.

²⁾ Беру „сутки“ потому, что караульщикъ виноградника, по обязанности бодрствующій ночью, и въ это время, отъ нечего дѣлать, жуесть виноградъ.

Таблица № 12.

Имя хозяина семьи: Меметь Мамуть оглу.
 Мушинъ въ семьѣ 1 возрастомъ 36 лѣтъ.
 Женщинъ „ 3 „ 21, 8 и 7 „

23 ч. Августа. Пятница.

| | | |
|-------------------|----------------------|-------------------------------|
| <i>До обѣда:</i> | | Количество въ граммахъ. |
| Хлѣбъ | | 364 |
| Сало | | 76 |
| <i>Обѣдъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | | 768 |
| Супъ | { Баранина | 483 |
| | { Помидоры | 348 |
| | { Лукъ | 131 |
| <i>Ужинъ:</i> | | |
| Хлѣбъ | | 597 |
| Голубцы | { Баранина | 288 |
| | { Рисъ | 424 |
| | { Катикъ | 532 |

| | | |
|------------------|-------------------------|-----|
| 24 ч. | <i>До обѣда:</i> | |
| | Хлѣбъ | 287 |
| | Перецъ | 73 |
| | <i>Обѣдъ:</i> | |
| | Хлѣбъ | 432 |
| Супъ | { Баранина | 679 |
| | { Помидоры | 278 |
| | { Лукъ | 125 |
| | <i>Ужинъ:</i> | |
| | Хлѣбъ | 356 |
| Жаркое | { Мелкая рыба | 815 |
| | { Сало | 184 |

| | | |
|-------|------------------|-----|
| 25 ч. | <i>До ужина:</i> | |
| | Хлѣбъ | 854 |
| | Перецъ | 247 |

Количество
въ
граммахъ.

Лукъ (сырой) 188
 Катикъ 1349

Ужинъ:

Хлѣбъ 573
 Уха { Рыба мелкая 983
 { Лукъ 135

26 ч. *До обѣда:*

Хлѣбъ 545
 Перецъ 136

Обѣдъ:

Лепешки. { Мука 952
 { Сало 105
 Перецъ 329

Ужинъ:

Лепешки. { Мука 518
 { Сало 57
 { Рисъ 678
 Каша { Бобы 227
 Катикъ 1055

27 ч. *До ужина:*

Хлѣбъ 782
 Перецъ 362
 Катикъ 1547

Ужинъ:

Хлѣбъ 411
 Уха { Мелкая рыба 1126
 { Лукъ 167

| | | | | | |
|-----------|--------------------|-------------------------------|------------|------------------|-------------------------------|
| 29 ч. | <i>До ужина:</i> | Количество въ граммахъ. | 30 ч. | <i>До ужина:</i> | Количество въ граммахъ. |
| | Хлѣбъ . . . | 1147 | | Хлѣбъ . . . | 868 |
| | Перецъ . . . | 385 | | Перецъ . . . | 251 |
| | Лукъ (сырой) . . | 146 | | Лукъ (сырой) . . | 162 |
| | Тыква (вареная). . | 672 | | Сало . . . | 126 |
| | <i>Ужинъ:</i> | | | Катыкъ . . . | 1276 |
| Вареники. | { Мука . . . | 1252 | | <i>Ужинъ:</i> | |
| | { Баранина . . . | 553 | | Хлѣбъ . . . | 675 |
| | Катыкъ . . . | 974 | Супъ . . . | { Баранина . . . | 947 |
| | | | | { Помидоры . . . | 325 |
| | | | | { Лукъ . . . | 116 |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 885 грам. Сырой лукъ и тыкву, большими кусками сваренную (29 ч.) въ водѣ, ѣдятъ съ хлѣбомъ.

Таблица № 13.

Имя хозяина семьи: **Аметъ Мердинъ оглу.**

Мушинъ въ семьѣ 4 возрастомъ 45, 20, 16 и 12 лѣтъ.

Женщинъ „ 2 „ 25 и 11 „

| | | | | | |
|----------------|------------------|------|------------|-------------------|------|
| 31 ч. Авг. | <i>До ужина:</i> | | | Рисъ . . . | 432 |
| | Хлѣбъ . . . | 1835 | Супъ . . . | { Бобы . . . | 276 |
| | Лукъ (сырой) . . | 276 | | { Помидоры . . . | 221 |
| | Катыкъ . . . | 2249 | | { Лукъ . . . | 136 |
| | <i>Ужинъ:</i> | | | { Сало . . . | 173 |
| | Хлѣбъ . . . | 1157 | | <i>Ужинъ:</i> | |
| Каша . . . | { Рисъ . . . | 982 | | Хлѣбъ . . . | 815 |
| | { Бобы . . . | 413 | Супъ . . . | { Баранина . . . | 1296 |
| | Молоко . . . | 1125 | | { Помидоры . . . | 332 |
| | | | | { Лукъ . . . | 154 |
| ----- | | | | | |
| 1 ч. Сентября. | <i>До обѣда:</i> | | 2 ч. | <i>До ужина:</i> | |
| | Хлѣбъ . . . | 1086 | | Хлѣбъ . . . | 2344 |
| | <i>Обѣдъ:</i> | | | Лукъ (сырой). . . | 127 |
| | Хлѣбъ . . . | 1349 | | Катыкъ . . . | 1925 |
| | | | | <i>Ужинъ:</i> | |
| | | | | Хлѣбъ . . . | 1103 |

| | Количество въ граммахъ. |
|------------|-------------------------------|
| Супъ . . . | { Баранина . . . 1348 |
| | { Помидоры . . . 265 |
| | { Лукъ . . . 136 |

3 ч. До ужина:

| | |
|------------|-------------------|
| | Хлѣбъ . . . 1981 |
| | Перецъ . . . 377 |
| Каша . . . | { Рисъ . . . 1124 |
| | { Бобы . . . 786 |
| | { Сало . . . 122 |

Ужинъ:

| | |
|-------------|-------------------|
| Лепешки . . | { Мука . . . 1652 |
| | { Сало . . . 245 |
| | Катыкъ . . . 776 |

4 ч. До обѣда:

| | |
|-------------|------------------|
| Лепешки . . | { Мука . . . 978 |
| | { Сало . . . 146 |

Обѣдъ:

| | |
|------------|----------------------|
| | Хлѣбъ . . . 637 |
| | Рисъ . . . 587 |
| Супъ . . . | { Бобы . . . 216 |
| | { Помидоры . . . 174 |
| | { Лукъ . . . 120 |
| | { Сало . . . 132 |

Ужинъ:

| | |
|--|-------------------|
| | Хлѣбъ . . . 873 |
| | Перецъ . . . 94 |
| | Катыкъ . . . 1166 |

5 ч.

До ужина:

| | Количество въ граммахъ. |
|--------------|-------------------------------|
| Хлѣбъ . . . | 992 |
| Перецъ . . . | 214 |
| Катыкъ . . . | 1274 |

Ужинъ:

| | |
|------------|----------------------|
| | Хлѣбъ . . . 684 |
| Супъ . . . | { Бобы . . . 538 |
| | { Помидоры . . . 243 |
| | { Лукъ . . . 135 |
| | { Сало . . . 89 |

6 ч. Пятница.

До обѣда:

| | |
|-------------|-----|
| Хлѣбъ . . . | 854 |
|-------------|-----|

Обѣдъ:

| | |
|------------|----------------------|
| Вареники . | { Мука . . . 1446 |
| | { Баранина . . . 638 |
| | Катыкъ . . . 987 |

Ужинъ:

| | |
|------------|-----------------------|
| | Хлѣбъ . . . 1035 |
| Супъ . . . | { Баранина . . . 1382 |
| | { Помидоры . . . 352 |
| | { Лукъ . . . 147 |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 1434 грм. 4-го и 5-го чч. двое взрослыхъ отсутствовали; указанное, слѣдовательно, въ эти дни количество пищи употреблено двумя взрослыми и двумя дѣтьми.

Таблица № 14.

Имя хозяина семьи: **Вели Асанъ оглу.**

Мушнинъ въ семьѣ 3 возрастомъ 67, 20 и 16 лѣтъ.

Женщинъ „ „ 2 „ 50 и 21 „

16 ч. Сент. *До ужина:*

| | Количество въ граммахъ. |
|--------------|-------------------------------|
| Хлѣбъ . . . | 2725 |
| Перецъ . . . | 467 |
| Катыкъ . . . | 1876 |

Ужинъ:

| | |
|--------------------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 1815 |
| Сушь . . . { Тыква . . . | 1572 |
| { Сало . . . | 169 |

17 ч. *До ужина:*

| | |
|--------------------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 1794 |
| Каша . . . { Пшено . . . | 984 |
| { Молоко . . . | 1695 |

Ужинъ:

| | |
|----------------------------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 1073 |
| Сушь . . . { Бараньи почки . . . | 1124 |
| { Помидоры . . . | 371 |
| { Лукъ . . . | 64 |

18 ч. *Завтракъ:*

| | |
|-------------|-----|
| Хлѣбъ . . . | 877 |
|-------------|-----|

Обѣдъ:

| | |
|--------------------------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 1268 |
| Жидкая каша . . . { Рисъ . . . | 849 |
| { Бобы . . . | 385 |
| { Сало . . . | 107 |

Ужинъ:

| | |
|-----------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 782 |
| Макар. (варен.) | 927 |
| Катыкъ . . . | 2110 |

12 ч. *До ужина:*

| | Количество въ граммахъ. |
|--------------|-------------------------------|
| Хлѣбъ . . . | 2678 |
| Перецъ . . . | 349 |
| Сало . . . | 215 |

Ужинъ:

| | |
|----------------------------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 1072 |
| Сушь . . . { Бараньи почки . . . | 1276 |
| { Помидоры . . . | 342 |
| { Лукъ . . . | 77 |

20 ч. Пятн. *Завтракъ:*

| | |
|-------------|-----|
| Хлѣбъ . . . | 672 |
|-------------|-----|

Обѣдъ:

| | |
|-----------------------------|-----|
| Хлѣбъ . . . | 964 |
| Жаркое . . . { Кефаль . . . | 947 |
| { Масло . . . | 178 |

Ужинъ:

| | |
|-----------------------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 1269 |
| Сушь . . . { Баранина . . . | 1372 |
| { Рисъ . . . | 344 |
| { Лукъ . . . | 80 |
| Катыкъ . . . | 682 |

21 ч. *До ужина.*

| | |
|--------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 2365 |
| Перецъ . . . | 287 |
| Катыкъ . . . | 1561 |

Ужинъ:

| | |
|--------------------------|------|
| Хлѣбъ . . . | 922 |
| Сушь . . . { Тыква . . . | 1142 |
| { Молоко . . . | 1372 |

| | | Количество въ граммахъ. | У ж и н ь: | Количество въ граммахъ. | | | |
|------------|------------------|-------------------------------|----------------|-------------------------------|--------------|----------------|------|
| Вареники. | { | Баранина . . . | 463 | Хлѣбъ . . . | 968 | | |
| | | Мука . . . | 787 | | | | |
| | | Масло . . . | 94 | | | | |
| ----- | | | | | | | |
| 22 ч. | <i>До ужина:</i> | | | | Супъ . . . { | Баранина . . . | 1197 |
| | Хлѣбъ . . . | 1884 | Помидоры . . . | 336 | | | |
| | Перецъ . . . | 312 | | | | | |
| Каша . . . | { | Рисъ . . . | | | 725 | | |
| | | Бобы . . . | 279 | | | | |
| | | Сало . . . | 127 | | | | |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 1562 грм.
16 ч. тыквенный супъ приготовленъ на водѣ съ саломъ.

Таблица № 15.

Имя хозяина семьи ¹⁾: Сеитъ Ибраимъ Эмирсали оглу.

Мущинъ въ семьѣ 3 возрастомъ 34, 8 и 7 лѣтъ.

Женщинъ " 1 " 27 "

25 ч. Сентября.

| | | | |
|------------|---|----------------|------|
| Супъ . . . | { | Хлѣбъ . . . | 1657 |
| | | Баранина . . . | 965 |
| | | Рисъ . . . | 372 |
| | | Помидоры . . . | 263 |
| | | Лукъ . . . | 84 |
| | | Сливки . . . | 336 |

27 ч. Пятница.

| | | | |
|------------|---|----------------|------|
| Пирожки . | { | Хлѣбъ . . . | 737 |
| | | Мука . . . | 908 |
| | | Баранина . . . | 1124 |
| | | Помидоры . . . | 118 |
| | | Лукъ . . . | 62 |
| Супъ . . . | | Сливки . . . | 485 |

| | | | |
|------------|-------------|----------------|--------------|
| 26 ч. | Хлѣбъ . . . | 2072 | |
| | | | Перецъ . . . |
| Пилавъ . . | { | Рисъ . . . | 1928 |
| | | Баранина . . . | 567 |
| | | Катыкъ . . . | 578 |

| | | | |
|------------|-------------|--------------|--------------|
| 28 ч. | Хлѣбъ . . . | 382 | |
| | | | Перецъ . . . |
| Лепешки . | { | Мука . . . | 1118 |
| | | Сало . . . | 160 |
| Каша . . . | { | Рисъ . . . | 2065 |
| | | Молоко . . . | 1271 |

¹⁾ Семьи 15, 16, 17 и 18 изъ деревни „Кизильташъ“.

| | | Количество въ граммахъ. | | | Количество въ граммахъ. | |
|------------|------------------|-------------------------------|------------------|------------------|-------------------------------|----------------|
| 29 ч. | Хлѣбъ . . . | 1528 | Каша . . . | } Рисъ . . . | 1906 | |
| Лепешки . | { Мука . . . | 652 | | | } Сало . . . | 76 |
| | { Сало . . . | 93 | | | | } Батыкъ . . . |
| Супъ . . . | { Баранина . . . | 872 | | | | |
| | { Помидоры . . . | 164 | 1 ч. Октября. | | | |
| | { Лукъ . . . | 93 | Хлѣбъ . . . 1864 | | | |
| | | | Перецъ . . . 366 | | | |
| 30 ч. | Хлѣбъ . . . | 1191 | Супъ . . . | { Баранина . . . | 819 | |
| | Перецъ . . . | 215 | | | { Рисъ . . . | 425 |
| | | | { Лукъ . . . 75 | | | |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 1340 грм. Баранина 27 ч. употреблена въ супѣ и пирожкахъ.

Таблица № 16.

Имя хозяина семьи: **Мустафа Османъ оглу.**
 Мушцинь въ семьѣ 1 возрастомъ 28 лѣтъ.
 Женцинь " 1 " 25 "

| | | | | | | | |
|-----------------|----------------------|-------------------------------|---------------|------------------|-------------------|----------------------|----------------------|
| 26 ч. Сентября. | | } Мука . . . 718 | Лепешки . | { Сало . . . 124 | | | |
| | Хлѣбъ . . . 837 | | | | } Пшено . . . 927 | | |
| | Перецъ . . . 406 | | | | | } Помидоры . . . 155 | |
| Супъ . . . | { Пшено . . . 1248 | | | | | | } Лукъ . . . 65 |
| | { Помидоры . . . 182 | | | | | | |
| | { Лукъ . . . 154 | | | | | | |
| | { Сало . . . 106 | | | | | | |
| | | | 30 ч. | Хлѣбъ . . . 986 | | | |
| | | | | Перецъ . . . 318 | | | |
| 27 ч. Пятница. | | } Мука . . . 472 | Лепешки . | { Сало . . . 132 | | | |
| | Хлѣбъ . . . 526 | | | | } Рисъ . . . 864 | | |
| Супъ . . . | { Баранина . . . 662 | | | | | } Бобы . . . 235 | |
| | { Бобы . . . 365 | | | | | | } Помидоры . . . 123 |
| | { Помидоры . . . 206 | } Лукъ . . . 54 | | | | | |
| | { Лукъ . . . 122 | | | | | | |
| | | | 1 ч. Октября. | | | | |
| 28 ч. | Хлѣбъ . . . 475 | Хлѣбъ . . . 642 | | | | | |
| | Перецъ . . . 268 | Жаркое . (Баранина . . . 781 | | | | | |

| | | Количество въ граммахъ. | | Количество въ граммахъ. | | | |
|------------|------------|-------------------------------|------|-------------------------------|---|----------------|-----|
| Супь . . . | { | Пшено . . . | 487 | 3 ч. | { | Хлѣбъ . . . | 920 |
| | | Бобы . . . | 176 | | | Перецъ . . . | 273 |
| | | Помидоры . . . | 140 | | | Рисъ . . . | 579 |
| | | Лукъ . . . | 62 | | | Бобы . . . | 295 |
| ----- | | | | Супь . . . | { | Помидоры . . . | 125 |
| 2 ч. | { | Хлѣбъ . . . | 1127 | | | Лукъ . . . | 67 |
| Алва . . . | | Перецъ . . . | 384 | | | Сало . . . | 84 |
| | Каша . . . | Мука . . . | 742 | | | | |
| { | | Сало . . . | 215 | | | | |
| | { | Рисъ . . . | 562 | | | | |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 544 грм. Сало 28, 30 и 2 чч. высчитано изъ двухъ блюдь, указанныхъ въ этихъ числахъ. Супь 1 ч. приготоуленъ на салѣ, оставшемся въ это же число отъ жареной баранины.

Таблица № 17.

Имя хозяина семьи: **Османъ Селями оглу.**

Мущинъ въ семьѣ 3 возрастомъ 30, 16 и 10 лѣтъ.

Женщинъ " 2 " 38 и 16 "

| | | | | | | | |
|-------------------------|------------|----------------|----------|------------|-----------------|----------------|------|
| 3 ч. Октября. | | | Лепешки. | { | Мука . . . | 2618 | |
| Супь и Каша . . . | { | Хлѣбъ . . . | 3653 | Супь . . . | Сало . . . | 262 | |
| | | Рисъ . . . | 1947 | | Картофель . . . | 1343 | |
| | | Помидоры . . . | 386 | | Помидоры . . . | 162 | |
| | | Лукъ . . . | 164 | | Лукъ . . . | 80 | |
| { | Сало . . . | . . . | 129 | { | Чеснокъ . . . | 57 | |
| | | | ----- | | | | |
| 4 ч. Пятница. | | | 6 ч. | | Хлѣбъ . . . | 2115 | |
| Пирожки. | { | Хлѣбъ . . . | 1548 | Супь . . . | Перецъ . . . | 512 | |
| | | Мука . . . | 1146 | | { | Баранина . . . | 1577 |
| | | Сало . . . | 196 | | | Рисъ . . . | 953 |
| | | Баранина . . . | 1768 | | | Лукъ . . . | 135 |
| Помидоры . . . | 255 | Чеснокъ . . . | 76 | | | | |
| Супь . . . | { | Лукъ . . . | 77 | ----- | | | |
| | | Чеснокъ . . . | 42 | | | | |
| 5 ч. | | | 7 ч. | | Хлѣбъ . . . | 1786 | |
| | { | Хлѣбъ . . . | 1912 | Лепешки. | Мука . . . | 1232 | |
| | | Перецъ . . . | 435 | | Сало . . . | 123 | |
| | | | Жаркое . | (| Баранина . . . | 1048 | |
| | | | Каша . . | (| Рисъ . . . | 1221 | |

| | | Количество въ граммахъ. | | | Количество въ граммахъ. |
|------------|------------------|-------------------------------|------------|-------------------|-------------------------------|
| 8 ч. | Хлѣбъ . . . | 2613 | 9 ч. | Хлѣбъ . . . | 2827 |
| | Перецъ . . . | 487 | | Перецъ . . . | 392 |
| Лепешки. | { Мука . . . | 978 | Лепешки. | { Мука . . . | 895 |
| | { Сало . . . | 98 | | { Сало . . . | 64 |
| | { Баранина . . . | 886 | | { Рисъ . . . | 1014 |
| Супъ . . . | { Помидоры . . . | 173 | Супъ . . . | { Картофель . . . | 1429 |
| | { Лукъ . . . | 132 | | { Помидоры . . . | 272 |
| | | | | { Лукъ . . . | 86 |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 794 грм. 4 ч. Баранина была высчитана изъ супа и пирожковъ; сало 5 ч.—изъ лепешекъ и супа. Рисовую кашу 7 ч. ѣли съ саломъ отъ жареной баранины.

Таблица № 18.

Имя хозяина семьи: **Османъ Меметь оглу.**

Мушинъ въ семьѣ 1 возрастомъ 27 лѣтъ.

Женщинъ „ 2 „ 50 и 25 лѣтъ.

| | | | | | |
|---------------|------------------|------|------------|------------------|------|
| 5 ч. Октября. | | | 8 ч. | Хлѣбъ . . . | 1378 |
| | Хлѣбъ . . . | 1834 | | Перецъ . . . | 546 |
| | Перецъ . . . | 227 | Лепешки . | { Мука . . . | 1283 |
| Каша . . . | { Рисъ . . . | 749 | | { Сало . . . | 107 |
| | { Бобы . . . | 260 | | Катыкъ . . . | 2254 |
| | Катыкъ . . . | 1262 | | | |
| ----- | | | ----- | | |
| 6 ч. | Хлѣбъ . . . | 1273 | 9 ч. | Хлѣбъ . . . | 1715 |
| Алва . . . | { Мука . . . | 452 | | Перецъ . . . | 308 |
| | { Сало . . . | 65 | | { Рисъ . . . | 685 |
| | { Рисъ . . . | 343 | | { Бобы . . . | 467 |
| Супъ . . . | { Бобы . . . | 429 | Супъ . . . | { Помидоры . . . | 325 |
| | { Помидоры . . . | 142 | | { Лукъ . . . | 122 |
| | { Лукъ . . . | 72 | | { Сало . . . | 155 |
| | Катыкъ . . . | 1551 | | | |
| ----- | | | ----- | | |
| 7 ч. | Хлѣбъ . . . | 1406 | 10 ч. | Хлѣбъ . . . | 1195 |
| | { Баранина . . . | 865 | | Перецъ . . . | 353 |
| Супъ . . . | { Бобы . . . | 368 | | { Пшено . . . | 1382 |
| | { Помидоры . . . | 232 | Супъ . . . | { Бобы . . . | 342 |
| | { Лукъ . . . | 91 | | { Помидоры . . . | 284 |
| | | | | { Сало . . . | 94 |

11 ч. Пятница.

| | | Количество въ граммахъ. | | | Количество въ граммахъ. |
|-----------|----------------------|-------------------------------|----------------|----------------------|-------------------------------|
| Вареники. | Хлѣбъ | 966 | Супъ | { Помидоры | 125 |
| | { Мука | 649 | | { Лукъ | 64 |
| | { Баранина | 1078 | | { Катыкъ | 968 |
| | | | | | |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 1629 грм. Баранина 11 ч. высчитана изъ супа и варениковъ.

Таблица № 19.

Имя хозяина семьи: Мустафа Умеръ оглу.

Мушинъ въ семьѣ 1 возрастомъ 22 лѣтъ.

Женщинъ " 1 " 23 "

14 ч. Октября.

| | | Количество въ граммахъ. | | | Количество въ граммахъ. |
|----------------|-----------------------|-------------------------------|----------------|--------------------|-------------------------------|
| <i>Обѣдъ:</i> | | | <i>Ужинъ:</i> | | |
| Жареные. | Хлѣбъ | 742 | Лепешки. | { Мука | 689 |
| | { Картофель | 676 | | { Масло | 98 |
| | { Лукъ | 45 | | { Катыкъ | 615 |
| | { Масло | 84 | | | |
| <i>Ужинъ:</i> | | | <i>Обѣдъ:</i> | | |
| Супъ | Хлѣбъ | 328 | Каша | Хлѣбъ | 512 |
| | { Баранина | 712 | | Перецъ | 75 |
| | { Картофель | 518 | | { Рисъ | 466 |
| | { Лукъ | 58 | | { Сало | 54 |

15 ч.

| | | Количество въ граммахъ. | | | Количество въ граммахъ. |
|----------------|--------------------|-------------------------------|----------------|-----------------------|-------------------------------|
| <i>Обѣдъ:</i> | | | <i>Ужинъ:</i> | | |
| Каша | Хлѣбъ | 607 | Супъ | Хлѣбъ | 317 |
| | { Рисъ | 525 | | { Баранина | 846 |
| | { Молоко | 984 | | { Картофель | 329 |
| | | { Лукъ | | 36 | |

| | | |
|------------------|-------------------------|-----|
| <i>Ужинъ:</i> | | |
| Жаркое | Хлѣбъ | 235 |
| | { Рыба мелкая | 629 |
| | { Масло | 115 |

16 ч.

| | | Количество въ граммахъ. | | | Количество въ граммахъ. |
|------------------|-----------------|-------------------------------|--------------------|----------------------|-------------------------------|
| <i>До ужина:</i> | | | <i>Обѣдъ:</i> | | |
| Вареники. | Хлѣбъ | 983 | Вареники. | Хлѣбъ | 154 |
| | | | | { Мука | 388 |
| | | | | { Баранина | 129 |
| | | | { Катыкъ | 825 | |

| | | Количество въ граммахъ. | | | Количество въ граммахъ. |
|----------------|-----------------------|-------------------------------|----------------|-----------------------|-------------------------------|
| | <i>У ж и н ъ:</i> | | | | |
| | | Количество въ граммахъ. | | | |
| | Хлѣбъ | 283 | Супъ | { Баранина | 754 |
| Вареники. | { Мука | 155 | | { Картофель | 262 |
| | { Баранина | 687 | | { Лукъ | 39 |
| Супъ | { Картофель | 223 | 20 ч. | <i>Об ѣ д ѣ:</i> | |
| | { Лукъ | 42 | | Хлѣбъ | 385 |
| <hr/> | | | | | |
| 19 ч. | <i>Об ѣ д ѣ:</i> | | Супъ | { Баранина | 463 |
| | Хлѣбъ | 556 | | { Картофель | 245 |
| | Перецъ | 86 | | { Лукъ | 47 |
| | Катыкъ | 748 | | <i>У ж и н ъ:</i> | |
| | <i>У ж и н ъ:</i> | | Супъ | Хлѣбъ | 673 |
| | Хлѣбъ | 362 | | Баранина *) | 228 |
| | | | | { Рисъ | 334 |
| | | | | { Лукъ | 34 |
| | | | | { Сало | 62 |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 775 грм. Баранина въ ужинѣ 18 ч. высчитана изъ супа и варениковъ.

Таблица № 20.

Имя хозяина семьи: **Ибраимъ Усеинъ оглу**
 Мушинъ въ семьѣ 4 возрастомъ 50, 17, 12 и 8 лѣтъ.
 Женщинъ " " 2 " " 32 и 9 "

| | | | | | |
|-------------------|--------------------|------|----------------|----------------------|------|
| 22 ч. Обѣд. | <i>До ужина:</i> | | | <i>У ж и н ъ:</i> | |
| | Хлѣбъ | 2489 | | Хлѣбъ | 1065 |
| | Лукъ | 143 | | { Баранина | 1343 |
| | Сало | 105 | Супъ | { Помидоры | 232 |
| | Катыкъ | 876 | | { Лукъ | 117 |
| | <i>У ж и н ъ:</i> | | <hr/> | | |
| | Хлѣбъ | 978 | 24 ч. | <i>До ужина.</i> | |
| Каша | { Рисъ | 1372 | | Хлѣбъ | 2764 |
| | { Молого | 1548 | | Лукъ | 186 |
| <hr/> | | | | | |
| 23 ч. | <i>До ужина:</i> | | | Катыкъ | 1468 |
| | Хлѣбъ | 726 | | <i>У ж и н ъ:</i> | |
| Лепешки | { Мука | 1442 | | Хлѣбъ | 1156 |
| | { Сало | 120 | Каша | { Пшено | 1265 |
| | Катыкъ | 813 | | { Сало | 162 |

25 ч. Пятн. До обѣда.

| | Количество въ граммахъ. |
|---------------|-------------------------------|
| Хлѣбъ | 354 |

Обѣдъ.

| | |
|------------------|------------------------|
| Хлѣбъ | 582 |
| Вареники | { Мука 786 |
| | { Баранина 131 |
| Катыкъ | 767 |

Ужинъ:

| | |
|------------------|-------------------------|
| Хлѣбъ | 731 |
| Вареники | { Мука 539 |
| | { Баранина 1282 |
| Супъ | { Помидоры 194 |
| | { Лукъ 87 |
| Катыкъ | 682 |

26 ч. До ужина:

| | |
|----------------|------------------------|
| Хлѣбъ | 1958 |
| Супъ | { Пшено 874 |
| | { Помидоры 156 |
| | { Лукъ 62 |
| | { Сало 85 |
| Катыкъ | 984 |

Ужинъ:

| | |
|------------------|---------------------|
| Вареники | { Мука 1256 |
| | { Сало 114 |

Количество
въ
граммахъ.

| | |
|----------------|------|
| Рисъ | 1047 |
| Молоко | 1238 |

27 ч. До ужина:

| | |
|---------------|-----------------------|
| Хлѣбъ | 1436 |
| Каша | { Пшено 1314 |
| | { Молоко 1675 |

Ужинъ:

| | |
|---------------|------------------------|
| Хлѣбъ | 1212 |
| Супъ | { Пшено 786 |
| | { Помидоры 147 |
| | { Лукъ 68 |
| | { Сало 73 |

28 ч. До ужина:

| | |
|-----------------|---------------------|
| Хлѣбъ | 693 |
| Лепешки | { Мука 1184 |
| | { Сало 132 |
| Катыкъ | 1417 |

Ужинъ:

| | |
|---------------|-------------------------|
| Хлѣбъ | 954 |
| Супъ | { Баранина 1251 |
| | { Помидоры 214 |
| | { Лукъ 95 |

Примѣчанія. Сахара потреблено за недѣлю 1172 грм. Баранина въ ужинѣ 25 ч. вычитана изъ супа и варениковъ.

ТАБЛИЦА,

указывающая процентное содержаніе основныхъ питательныхъ началъ въ продуктахъ, встрѣчавшихся при наблюденіяхъ.

| П Р О Д У К Т Ы. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---------------------------------------|-------------------------|---------|-------------|
| Баранина очень жирная | 14,80 | 36,39 | — |
| „ полужирная | 17,11 | 5,77 | — |
| „ тощая | 18,30 | 4,90 | — |
| Баранья почка | 16,56 | 3,33 | — |
| Бобы турецкіе | 30,80 | 3,00 | 48,30 |
| Дыня | 0,92 | 0,18 | 9,05 |
| Капуста | 1,97 | 0,26 | 3,60 |
| Картофель | 2,80 | 0,15 | 17,40 |
| Кукуруза | 9,18 | 4,39 | 73,09 |
| Лукъ | 1,68 | 0,10 | 10,82 |
| Макароны | 9,02 | 0,30 | 76,77 |
| Масло коровье | 0,60 | 83,59 | 0,40 |
| Медъ | 1,18 | — | 69,48 |
| Молоко и катыкъ | 4,00 | 4,00 | 5,00 |
| Мука пшеничная | 12,00 | 1,23 | 68,95 |
| Огурцы | 1,02 | — | 2,28 |
| Перецъ стручковый (турецкій). | 3,20 | — | 9,20 |
| Помидоры | 1,25 | 0,33 | 4,07 |
| Пшеница | 17,20 | 2,12 | 63,12 |
| Пшено | 10,82 | 5,46 | 67,75 |
| Рисъ | 7,52 | 0,85 | 75,36 |
| Рыба Кефаль | 10,11 | 7,11 | — |
| „ мелкая | 18,10 | 2,90 | — |
| Сало баранье | 0,25 | 87,88 | 0,83 |
| Сахаръ | — | — | 96,50 |
| Сливки | 3,61 | 26,75 | 3,52 |
| Сыръ овечій „Брынза“ | 23,28 | 28,04 | — |
| Тыква | 0,68 | 0,15 | 7,00 |
| Хлѣбъ пшеничной 1-й сортъ | 7,50 | 0,30 | 40,90 |
| „ „ 2-й сортъ | 10,20 | 1,50 | 52,70 |
| Чеснокъ | 6,76 | — | 26,31 |
| Чечевица | 25,07 | 2,31 | 55,16 |

Таблица № 1.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Селима Умеръ оглу.

| ПРОДУКТЫ. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина очень жирная | 236,25 | 34,96 | 85,97 | — |
| „ полужирная | 1578,00 | 269,99 | 91,05 | — |
| Сыръ овечій | 330,25 | 76,88 | 92,60 | — |
| Масло коровье | 290,75 | 1,74 | 242,84 | 1,16 |
| Сало баранье | 146,50 | 0,37 | 128,74 | 1,22 |
| Катыкъ | 793,50 | 31,74 | 31,74 | 39,67 |
| Сливки | 43,00 | 1,55 | 11,50 | 1,51 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 2513,00 | 256,33 | 37,69 | 1324,35 |
| Мука пшеничная | 545,50 | 60,66 | 8,84 | 388,01 |
| Рисъ | 774,25 | 58,22 | 6,69 | 583,47 |
| Бобы турецкіе | 35,75 | 11,01 | 1,07 | 17,27 |
| Чечевица | 143,75 | 36,04 | 3,32 | 79,29 |
| Лукъ | 165,25 | 2,78 | 0,16 | 17,82 |
| Чеснокъ | 21,25 | 1,44 | — | 5,59 |
| Медъ | 223,00 | 2,68 | — | 164,39 |
| Сахаръ | 276,50 | — | — | 266,82 |
| Итого въ недѣлю | 8116,50 | 846,39 | 742,21 | 2890,57 |
| Въ день на каждого члена семьи среднимъ числомъ | 1159,50 | 120,91 | 106,03 | 412,94 |

Таблица № 2.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Усеина Халиль оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Угледодь. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-----------|
| Баранина полужирная . . . | 300,00 | 51,33 | 17,31 | — |
| „ тощая | 1126,50 | 206,15 | 55,20 | — |
| Сыръ овечій | 315,00 | 73,33 | 88,33 | — |
| Масло коровье | 207,50 | 1,24 | 173,45 | 0,83 |
| Сало баранье | 120,00 | 0,30 | 105,46 | 1,00 |
| Катыкъ | 671,00 | 26,84 | 26,84 | 33,55 |
| Сливки | 95,50 | 3,45 | 25,55 | 3,36 |
| Хлѣбъ 1-й сортъ | 2594,00 | 194,55 | 7,78 | 1060,95 |
| Макаронны | 226,00 | 20,38 | 0,68 | 173,49 |
| Рисъ | 585,00 | 43,99 | 4,97 | 440,86 |
| Бобы | 100,00 | 30,80 | 3,00 | 48,30 |
| Чечевица | 41,00 | 10,28 | 0,95 | 22,61 |
| Лукъ | 22,50 | 0,38 | 0,02 | 2,43 |
| Огурцы | 253,00 | 2,58 | — | 5,77 |
| Медъ | 120,50 | 1,45 | — | 88,83 |
| Сахаръ | 415,00 | — | — | 400,47 |
| Итого въ недѣлю | 7192,50 | 667,05 | 509,54 | 2282,45 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1027,50 | 95,29 | 72,79 | 326,06 |

Таблица № 3.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Мустафы Меметь оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-----------|
| Баранина полужирная . . . | 1211,00 | 207,20 | 69,87 | — |
| Сыръ овечій | 487,00 | 113,37 | 136,55 | — |
| Масло коровье | 272,25 | 1,63 | 226,57 | 1,09 |
| Сало баранье | 156,00 | 0,39 | 137,09 | 1,29 |
| Батыеъ | 1028,00 | 41,12 | 41,12 | 51,40 |
| Хлѣбъ 1-й сортъ | 141,50 | 10,61 | 0,42 | 57,87 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 2532,00 | 258,26 | 37,98 | 1334,36 |
| Мука пшеничная | 331,50 | 36,86 | 5,37 | 235,79 |
| Макароны | 65,50 | 5,91 | 0,20 | 50,28 |
| Рисъ | 387,00 | 29,10 | 3,29 | 291,64 |
| Чечевица | 116,75 | 29,27 | 2,70 | 64,40 |
| Лукъ | 139,25 | 2,34 | 0,14 | 15,07 |
| Чеснокъ | 41,25 | 2,79 | — | 10,85 |
| Огурцы. | 243,50 | 2,48 | — | 5,55 |
| Медъ | 305,75 | 3,67 | — | 225,40 |
| Сахаръ | 326,00 | — | — | 314,60 |
| Итого въ недѣлю | 7784,25 | 745,00 | 661,30 | 2659,59 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1112,03 | 106,43 | 94,47 | 379,94 |

Таблица № 4.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Асана Сентъ Халиль оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная . . . | 1153,67 | 197,39 | 66,57 | — |
| Сыръ овечій | 590,00 | 137,35 | 165,44 | — |
| Масло коровье | 242,00 | 1,45 | 202,29 | 0,99 |
| Сало баранье. | 48,67 | 0,12 | 42,77 | 0,40 |
| Катыкъ | 1135,00 | 45,40 | 45,40 | 56,75 |
| Сливки | 119,00 | 4,29 | 31,83 | 4,19 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 2466,67 | 251,91 | 37,04 | 1301,52 |
| Мука пшеничная | 395,33 | 47,44 | 4,86 | 272,58 |
| Макароны | 162,33 | 14,64 | 0,49 | 124,62 |
| Рисъ | 296,00 | 22,26 | 2,52 | 223,06 |
| Бобы | 73,67 | 22,69 | 2,21 | 35,58 |
| Чечевица | 139,67 | 35,01 | 3,23 | 77,04 |
| Лукъ | 86,67 | 1,46 | 0,09 | 9,38 |
| Огурцы | 179,00 | 1,82 | — | 4,08 |
| Медъ | 191,33 | 2,26 | — | 132,94 |
| Сахаръ | 317,00 | — | — | 305,90 |
| Итого въ недѣлю | 7599,01 | 785,49 | 604,74 | 2549,03 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1085,57 | 112,21 | 86,39 | 364,15 |

Таблица № 5.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Сента Нафе Усеинъ оглу.

| ПРОДУКТЫ. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная | 1113,00 | 190,43 | 64,22 | — |
| „ тощая | 422,33 | 77,29 | 20,69 | — |
| Сыръ овечій | 309,67 | 72,09 | 86,83 | — |
| Масло коровье | 394,33 | 2,36 | 329,62 | 1,58 |
| Катикъ | 782,67 | 31,31 | 31,31 | 39,13 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 2614,00 | 264,63 | 39,21 | 1377,58 |
| Мука пшеничная | 198,00 | 23,76 | 1,43 | 136,52 |
| Макароны | 149,33 | 13,47 | 0,45 | 114,64 |
| Букуруза | 286,67 | 26,32 | 12,58 | 209,53 |
| Пшеница | 228,33 | 39,27 | 4,84 | 134,12 |
| Чечевица | 260,67 | 65,35 | 6,02 | 181,11 |
| Лукъ | 196,33 | 3,30 | 0,20 | 21,24 |
| Огурцы | 299,00 | 3,05 | — | 6,82 |
| Медъ | 204,67 | 2,41 | — | 142,20 |
| Сахаръ | 452,67 | — | — | 436,81 |
| Итого въ недѣлю | 7911,67 | 815,04 | 597,40 | 2801,28 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1130,24 | 116,43 | 85,34 | 400,18 |

Таблица № 6.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Ибраима Усеинъ Эфенди оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина очень жирная . | 284,00 | 42,03 | 103,35 | — |
| „ полужирная . . | 1923,50 | 329,11 | 110,98 | — |
| Масло коровье | 451,50 | 2,71 | 377,41 | 1,81 |
| Сало баранье | 45,50 | 0,11 | 39,98 | 0,38 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 2090,00 | 213,18 | 31,35 | 1101,43 |
| Мука пшеничная | 236,00 | 28,32 | 2,90 | 162,72 |
| Рисъ | 203,50 | 15,30 | 1,73 | 153,36 |
| Пшеница | 147,50 | 25,37 | 3,13 | 93,10 |
| Картофель | 132,00 | 3,70 | 0,20 | 22,97 |
| Чечевица | 261,00 | 65,43 | 6,03 | 143,97 |
| Помидоры | 374,00 | 4,67 | 1,23 | 15,22 |
| Лукъ | 216,50 | 3,64 | 21,65 | 23,42 |
| Перецъ стручковый | 52,50 | 1,68 | — | 4,83 |
| Огурцы | 324,50 | 3,31 | — | 7,40 |
| Медъ | 152,00 | 1,79 | — | 105,61 |
| Сахаръ | 518,00 | — | — | 499,87 |
| Итого въ недѣлю | 7412,00 | 740,35 | 699,94 | 2336,09 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1058,86 | 105,76 | 99,99 | 333,73 |

Таблица № 7.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Османа Аметъ оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная . . | 1761,00 | 301,31 | 101,61 | — |
| Сыръ овечій | 337,33 | 78,56 | 94,59 | — |
| Масло коровье | 160,67 | 0,94 | 134,30 | 0,64 |
| Сало баранье | 328,00 | 0,82 | 288,25 | 2,72 |
| Катыкъ | 738,67 | 29,55 | 29,55 | 36,93 |
| Хлѣбъ 1-й сортъ | 818,00 | 61,35 | 2,45 | 334,56 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 2145,00 | 218,79 | 32,17 | 1130,41 |
| Мука пшеничная | 213,33 | 25,60 | 2,62 | 147,09 |
| Рисъ | 610,00 | 45,87 | 5,18 | 459,70 |
| Картофель | 467,00 | 13,08 | 0,70 | 81,26 |
| Бобы | 156,67 | 48,25 | 4,70 | 75,67 |
| Помидоры | 459,00 | 5,74 | 1,51 | 18,68 |
| Лукъ | 178,33 | 3,00 | 0,18 | 19,29 |
| Перецъ стручковый | 28,33 | 0,91 | — | 2,61 |
| Сахаръ | 307,00 | — | — | 296,25 |
| Итого въ недѣлю | 8708,33 | 810,77 | 697,81 | 2605,75 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1244,05 | 115,82 | 99,69 | 372,25 |

Таблица № 8.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Усеина Мердинъ Сеитъ оглу.

| ПРОДУКТЫ. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная . . . | 1006,75 | 172,25 | 58,09 | — |
| „ тощая | 528,75 | 96,76 | 25,91 | — |
| Рыба Кефаль | 428,75 | 43,35 | 30,48 | — |
| Масло коровье | 90,50 | 0,54 | 75,65 | 0,36 |
| Сало баранье | 303,50 | 0,76 | 266,71 | 2,52 |
| Катыкъ | 549,00 | 21,96 | 21,96 | 27,45 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 3926,75 | 400,53 | 58,90 | 2069,40 |
| Мука пшеничная | 471,75 | 56,61 | 5,80 | 325,27 |
| Рисъ | 1004,75 | 75,56 | 8,54 | 757,18 |
| Бобы | 145,00 | 44,81 | 4,36 | 70,28 |
| Картофель | 242,50 | 6,79 | 0,36 | 42,19 |
| Помидоры | 179,00 | 2,24 | 0,59 | 7,28 |
| Лукъ | 106,50 | 1,79 | 0,11 | 11,52 |
| Сахаръ | 351,50 | — | — | 339,20 |
| Итого въ недѣлю | 9235,50 | 923,95 | 557,46 | 3652,65 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1319,36 | 131,99 | 79,64 | 521,81 |

Таблица № 9.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Эмерсина Эмиръ Али оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная . . | 822,33 | 140,70 | 47,45 | — |
| Сыръ овечій | 508,67 | 118,42 | 142,63 | — |
| Сало баранье | 231,33 | 0,58 | 203,29 | 1,92 |
| Катыкъ | 1541,33 | 61,65 | 61,65 | 77,07 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 3644,33 | 371,72 | 54,66 | 1920,56 |
| Мука пшеничная | 669,67 | 80,36 | 7,57 | 461,73 |
| Рисъ | 853,00 | 64,14 | 7,25 | 646,23 |
| Бобы | 318,67 | 98,14 | 9,56 | 153,92 |
| Помидоры | 137,00 | 1,71 | 0,45 | 5,57 |
| Тыква | 673,33 | 4,58 | 1,01 | 47,13 |
| Лукъ | 56,67 | 0,95 | 0,06 | 6,13 |
| Перецъ стручковый | 315,33 | 10,09 | — | 29,01 |
| Сахаръ | 128,00 | — | — | 123,52 |
| Итого въ недѣлю | 9899,66 | 953,04 | 535,58 | 3472,79 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1414,24 | 136,15 | 76,51 | 496,11 |

Таблица № 10.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ взрослымъ членомъ семьи Мустафы Сеитъ Халилъ оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная | 1612,08 | 275,83 | 93,02 | — |
| Сало баранье | 172,62 | 0,43 | 151,70 | 1,43 |
| Молоко и ваткы | 3274,44 | 130,98 | 130,98 | 163,72 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 3930,78 | 400,94 | 58,96 | 2071,52 |
| Мука пшеничная | 434,52 | 52,14 | 5,34 | 299,60 |
| Рисъ | 571,56 | 42,98 | 4,86 | 430,83 |
| Помидоры | 218,70 | 2,73 | 0,72 | 8,90 |
| Тыква | 323,58 | 2,20 | 4,85 | 22,65 |
| Лукъ | 99,84 | 1,68 | 0,10 | 10,80 |
| Перецъ стручковый | 231,12 | 7,39 | — | 212,62 |
| Сахаръ | 254,34 | — | — | 245,44 |
| Итого въ недѣлю | 11123,58 | 917,30 | 450,53 | 3467,51 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1589,08 | 131,04 | 64,36 | 495,36 |

Таблица № 11.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Мустафы Усеинъ оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|--|-----------------|----------------------|---------------|----------------|
| Баранина полужирная . . . | 557,67 | 95,42 | 32,18 | — |
| Сало баранье | 180,67 | 0,45 | 158,77 | 1,50 |
| Молоко и батыкъ | 1374,67 | 54,99 | 54,99 | 68,73 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 3061,67 | 312,29 | 49,26 | 1613,50 |
| Пшено | 1208,67 | 130,81 | 65,99 | 818,87 |
| Капуста | 387,33 | 7,63 | 0,84 | 12,28 |
| Помидоры | 317,33 | 3,97 | 1,05 | 12,91 |
| Лукъ | 69,67 | 1,17 | 0,21 | 7,54 |
| Дыня | 949,33 | 8,73 | 1,71 | 85,91 |
| Тыква | 325,33 | 2,21 | 0,49 | 22,77 |
| Перецъ стручковый | 109,67 | 3,51 | — | 10,09 |
| Сахаръ | 152,37 | — | — | 147,33 |
| Итого въ недѣлю | 7694,68 | 621,18 | 365,49 | 2801,43 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1099,24 | 88,74 | 52,21 | 400,20 |

Таблица № 12.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ взрослымъ членомъ семьи Мамета Мамуть оглу.

| ПРОДУКТЫ. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеродовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина очень жирная | 226,33 | 33,50 | 82,36 | — |
| „ полужирная | 750,33 | 128,38 | 43,29 | — |
| Рыба мелкая | 974,67 | 176,41 | 28,26 | — |
| Сало баранье | 182,67 | 0,46 | 160,53 | 1,52 |
| Катыкъ | 2244,33 | 89,77 | 89,77 | 112,22 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 2886,33 | 294,41 | 43,29 | 1521,10 |
| Мука пшеничная | 907,33 | 108,88 | 14,49 | 625,61 |
| Рисъ | 367,33 | 27,62 | 3,12 | 276,82 |
| Бобы | 75,67 | 23,30 | 2,27 | 36,54 |
| Помидоры | 317,00 | 3,96 | 1,05 | 12,90 |
| Лукъ | 390,00 | 6,55 | 0,39 | 42,20 |
| Тыква | 224,00 | 1,52 | 0,34 | 15,68 |
| Перецъ стручковый | 594,33 | 19,02 | — | 54,68 |
| Сахаръ | 295,00 | — | — | 284,67 |
| Итого въ недѣлю | 10435,32 | 913,78 | 469,16 | 2983,94 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1490,76 | 130,54 | 67,02 | 426,28 |

Таблица № 13.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ взрослымъ членомъ семьи Амета Мердинъ оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная . . . | 874,50 | 149,63 | 50,46 | — |
| Сало баранье | 211,35 | 0,53 | 185,73 | 1,75 |
| Молоко и катыкъ | 2056,11 | 82,24 | 82,24 | 102,80 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 3498,09 | 356,80 | 52,47 | 1843,49 |
| Мука пшеничная | 874,26 | 104,91 | 10,75 | 602,80 |
| Рисъ | 651,86 | 49,02 | 5,54 | 491,24 |
| Бобы | 502,74 | 154,84 | 15,08 | 242,82 |
| Помидоры | 344,46 | 0,86 | 1,14 | 14,02 |
| Лукъ | 259,50 | 4,36 | 0,26 | 28,08 |
| Перецъ стручковый | 163,08 | 5,22 | — | 15,00 |
| Сахаръ | 268,86 | — | — | 259,45 |
| Итого въ недѣлю | 9704,81 | 908,41 | 403,67 | 3601,45 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1386,40 | 129,77 | 57,67 | 514,49 |

Таблица № 14.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Вели Асанъ оглу.

| ПРОДУКТЫ. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная . . . | 606,40 | 103,75 | 34,99 | — |
| Почки бараньи | 480,00 | 79,49 | 15,99 | — |
| Рыба Кефаль | 189,40 | 19,15 | 13,47 | — |
| Масло коровье | 54,40 | 0,33 | 45,47 | 0,22 |
| Сало баранье | 123,60 | 0,30 | 108,27 | 1,02 |
| Молоко и Катыкъ | 1859,20 | 74,39 | 74,39 | 92,96 |
| Хлѣбъ 1-й сортъ | 570,40 | 42,78 | 17,11 | 233,29 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 4055,20 | 413,63 | 60,83 | 2137,09 |
| Мука пшеничная | 157,40 | 18,89 | 1,94 | 108,53 |
| Макаронны | 185,40 | 16,72 | 0,56 | 142,33 |
| Пшено | 196,80 | 21,29 | 10,74 | 133,33 |
| Рисъ | 383,60 | 28,85 | 3,26 | 290,73 |
| Бобы | 132,80 | 40,90 | 3,98 | 64,14 |
| Помидоры | 209,80 | 2,62 | 0,69 | 8,54 |
| Тыква | 542,80 | 3,69 | 0,81 | 38,00 |
| Лукъ | 67,00 | 1,12 | 0,07 | 7,25 |
| Перецъ стручковый | 383,00 | 12,26 | — | 35,24 |
| Сахаръ | 312,40 | — | — | 301,47 |
| Итого въ недѣлю | 10509,60 | 880,16 | 382,57 | 3594,14 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1501,37 | 125,74 | 54,65 | 513,45 |

Таблица № 15.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ взрослымъ членомъ семьи Сеита Ибраимъ Эмирсали Оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная . . . | 1449,00 | 247,92 | 83,61 | — |
| Сало баранье | 109,67 | 0,27 | 95,37 | 0,91 |
| Молоко и катыкъ | 1332,00 | 53,28 | 53,28 | 66,60 |
| Сливки | 273,67 | 9,88 | 73,20 | 9,63 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 3143,67 | 320,65 | 47,15 | 1656,71 |
| Мука пшеничная | 892,67 | 107,12 | 10,98 | 615,49 |
| Рисъ | 2232,00 | 167,85 | 18,97 | 1682,03 |
| Помидоры | 181,67 | 2,27 | 0,60 | 7,39 |
| Лукъ | 104,67 | 1,76 | 10,47 | 11,33 |
| Перецъ стручковый | 316,67 | 10,13 | — | 29,13 |
| Сахаръ | 446,67 | — | — | 431,03 |
| Итого въ недѣлю | 10482,36 | 921,13 | 393,63 | 4510,25 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1497,48 | 131,59 | 56,23 | 644,32 |

Таблица № 16.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ взрослымъ членомъ семьи Мустафы Османъ оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная . . . | 721,50 | 123,45 | 40,63 | — |
| Сало баранье | 330,50 | 0,83 | 230,44 | 2,74 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 2756,50 | 281,16 | 41,45 | 1452,67 |
| Мука пшеничная | 966,00 | 115,92 | 11,88 | 666,06 |
| Рисъ | 1002,50 | 75,39 | 8,52 | 755,48 |
| Пшено | 1331,00 | 144,01 | 72,67 | 901,65 |
| Бобы | 535,50 | 164,93 | 16,06 | 258,65 |
| Помидоры | 465,50 | 5,82 | 1,54 | 18,94 |
| Лукъ | 262,00 | 4,40 | 0,26 | 28,35 |
| Перецъ стручковый | 824,50 | 26,38 | — | 75,85 |
| Сахаръ | 272,00 | — | — | 262,48 |
| Итого въ недѣлю | 9467,50 | 942,29 | 423,45 | 4422,87 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1352,50 | 134,61 | 60,49 | 631,84 |

Таблица № 17.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ взрослымъ членомъ семьи Османа Селями оглу.

| ПРОДУКТЫ. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|--|-----------------|----------------------|---------------|----------------|
| Баранина полужирная . . . | 1168,66 | 199,96 | 67,63 | — |
| Сало баранье | 193,78 | 0,48 | 170,29 | 1,61 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 3656,44 | 372,96 | 54,85 | 1926,94 |
| Мука пшеничная | 1526,44 | 183,01 | 18,77 | 1052,48 |
| Рисъ | 1141,10 | 85,81 | 9,70 | 859,93 |
| Картофель | 616,00 | 17,25 | 0,92 | 107,18 |
| Помидоры | 277,34 | 3,47 | 0,91 | 11,29 |
| Перецъ стручковый | 421,34 | 13,48 | — | 38,76 |
| Лукъ | 149,78 | 2,52 | 0,15 | 16,21 |
| Чеснокъ | 38,88 | 2,63 | — | 10,23 |
| Сахаръ | 176,44 | — | — | 170,26 |
| Итого въ недѣлю | 9366,20 | 881,73 | 323,22 | 4194,89 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1338,03 | 125,96 | 46,17 | 599,27 |

Таблица № 18.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Османа Меметь оглу.

| ПРОДУКТЫ. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная . . . | 647,67 | 110,81 | 39,37 | — |
| Сало баранье | 140,33 | 0,35 | 123,32 | 1,16 |
| Батыекъ | 2011,67 | 80,47 | 80,47 | 100,58 |
| Хлѣбъ 1-й сортъ | 928,00 | 69,59 | 2,78 | 379,55 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 2327,67 | 237,42 | 34,91 | 1226,68 |
| Мука пшеничная | 794,67 | 95,36 | 9,77 | 547,92 |
| Рисъ | 592,33 | 44,54 | 5,03 | 446,38 |
| Пшено | 460,67 | 49,84 | 25,15 | 312,10 |
| Бобы | 622,00 | 191,58 | 18,66 | 300,43 |
| Помидоры | 369,33 | 4,62 | 1,22 | 15,03 |
| Лукъ | 116,33 | 1,95 | 0,12 | 12,59 |
| Перецъ стручковый | 478,00 | 15,30 | — | 43,98 |
| Сахаръ | 543,00 | — | — | 523,99 |
| Итого въ недѣлю | 10031,67 | 901,83 | 340,80 | 3910,39 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1433,09 | 128,83 | 48,69 | 558,63 |

Таблица № 19.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ членомъ семьи
Мустафы Умеръ оглу.

| ПРОДУКТЫ. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина очень жирная | 377,00 | 55,80 | 137,19 | — |
| „ полужирная | 1532,50 | 262,21 | 88,42 | — |
| Рыба мелкая | 314,50 | 56,92 | 9,12 | — |
| Масло коровье | 148,50 | 0,89 | 124,13 | 0,59 |
| Сало баранье | 58,00 | 0,14 | 50,97 | 0,48 |
| Молоко и катыкъ | 2224,00 | 88,96 | 88,96 | 111,20 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 3068,50 | 312,99 | 46,03 | 1617,10 |
| Мука пшеничная | 616,00 | 73,92 | 7,58 | 424,73 |
| Рисъ | 662,50 | 49,82 | 5,63 | 499,28 |
| Картофель | 1126,50 | 31,54 | 1,69 | 196,01 |
| Лукъ | 150,50 | 2,53 | 0,15 | 162,84 |
| Перецъ стручковый | 152,50 | 4,88 | — | 14,13 |
| Сахаръ | 387,50 | — | — | 373,94 |
| Итого въ недѣлю | 10818,50 | 940,60 | 559,87 | 3400,30 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1545,50 | 134,37 | 79,98 | 485,76 |

Таблица № 20.

Недѣльное количество пищи, употребленной каждымъ взрослымъ членомъ семьи Ибраима Усеинъ оглу.

| П Р О Д У К Т Ы. | Количество ихъ. | Азотистыхъ веществъ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
|---|-----------------|----------------------|---------|-------------|
| Баранина полужирная . . . | 858,63 | 146,91 | 49,54 | — |
| Сало баранье | 169,50 | 0,42 | 148,96 | 1,41 |
| Молоко и катыкъ | 2457,42 | 98,30 | 98,30 | 122,87 |
| Хлѣбъ 2-й сортъ | 3663,84 | 373,71 | 54,96 | 1930,84 |
| Мука пшеничная | 1115,79 | 133,89 | 13,72 | 769,34 |
| Рисъ | 518,34 | 38,98 | 4,40 | 390,62 |
| Пшено | 908,34 | 98,28 | 49,59 | 615,40 |
| Помидоры | 202,08 | 2,53 | 0,67 | 8,22 |
| Лукъ | 162,42 | 2,73 | 0,16 | 17,57 |
| Сахаръ | 251,13 | — | — | 242,34 |
| Итого въ недѣлю | 10307,49 | 895,75 | 420,30 | 4098,61 |
| Въ день на каждого среднимъ числомъ | 1472,50 | 127,96 | 60,04 | 585,51 |

СРЕДНІЯ НА КАЖДАГО ВЗРОСЛАГО ЧЛ

| № Семей. | ИМЕНА ХОЗЯЕВЪ СЕМЕЙ. | Вѣсовое количество всей пищи въ 1 день на каждаго взрослого члена семьи. |
|----------------------------|---------------------------------------|--|
| 1 | Селимъ Умеръ оглу | 1159 |
| 2 | Усеинъ Халиль оглу | 1027 |
| 3 | Мустафа Меметъ оглу | 1112 |
| 4 | Асанъ Сеитъ Халиль оглу | 1085 |
| 5 | Сеитъ Нафе Усеинъ оглу | 1130 |
| 6 | Ибраимъ Усеинъ Эфенди оглу | 1058 |
| Итого | | 6571 |
| Среднія величины | | 1095 |
| 7 | Османъ Аметъ оглу | 1244 |
| 8 | Усеинъ Мердинъ Сеитъ оглу | 1319 |
| 9 | Эмерсеинъ Эмиръ Али оглу | 1414 |
| 10 | Мустафа Сеитъ Халиль оглу | 1589 |
| 11 | Мустафа Усеинъ оглу | 1099 |
| 12 | Меметъ Мамутъ оглу | 1490 |
| 13 | Аметъ Мердинъ оглу | 1386 |
| 14 | Вели Асанъ оглу | 1501 |
| 15 | Сеитъ Ибраимъ Эмирсали оглу | 1497 |
| 16 | Мустафа Османъ оглу | 1352 |
| 17 | Османъ Селями оглу | 1338 |
| 18 | Османъ Меметъ оглу | 1433 |
| 19 | Мустафа Умеръ оглу | 1545 |
| 20 | Ибраимъ Усеинъ оглу | 1472 |
| Итого | | 19679 |
| Среднія величины | | 1405 |

Принимая въ расчетъ потребленный одиннадцатой семьей въ поградъ (см. ниже), получимъ для 14 послѣднихъ семей среднія величины

ТА ВЪ ИЗСЛѢДОВАННЫХЪ СЕМЬЯХЪ.

| Количество азотистыхъ веществъ въ 1 день на каждаго взрослого члена семьи. | | | Количество безъазотистыхъ веществъ въ 1 день на каждаго взрослого члена семьи. | | |
|--|--|--|--|-------------|--------------------------------|
| Всѣхъ азотистыхъ веществъ. | Азотистыхъ веществъ животнаго происхожденія. | Азотист. веществъ растительнаго происхожденія. | Жировъ. | Углеводовъ. | Всѣхъ безъазотистыхъ веществъ. |
| 120,91 | 59,60 | 61,31 | 106,03 | 412,94 | 518,97 |
| 95,29 | 51,80 | 43,49 | 72,79 | 326,06 | 398,85 |
| 106,43 | 51,96 | 54,47 | 94,47 | 379,94 | 474,41 |
| 112,21 | 55,14 | 57,07 | 86,39 | 364,15 | 450,54 |
| 116,43 | 53,35 | 63,08 | 85,34 | 400,18 | 485,52 |
| 105,76 | 53,42 | 52,34 | 99,99 | 333,73 | 433,72 |
| 657,03 | 325,27 | 331,76 | 545,01 | 2217,00 | 2762,01 |
| 109,50 | 54,21 | 55,29 | 90,83 | 369,50 | 460,33 |
| 115,82 | 58,74 | 57,08 | 99,69 | 372,25 | 471,94 |
| 131,99 | 47,94 | 84,05 | 79,64 | 521,81 | 601,45 |
| 136,15 | 45,91 | 90,24 | 76,51 | 496,11 | 572,62 |
| 131,04 | 58,18 | 72,86 | 64,36 | 495,36 | 559,72 |
| 88,74 | 21,55 | 67,19 | 52,21 | 400,20 | 452,41 |
| 130,54 | 61,22 | 69,32 | 67,02 | 426,28 | 493,30 |
| 129,77 | 33,20 | 96,57 | 57,67 | 514,49 | 572,16 |
| 125,74 | 39,63 | 86,11 | 54,65 | 513,45 | 568,10 |
| 131,59 | 44,48 | 87,11 | 56,23 | 644,32 | 700,55 |
| 134,61 | 17,75 | 116,86 | 60,49 | 631,84 | 692,33 |
| 125,96 | 28,63 | 97,33 | 46,17 | 599,27 | 645,44 |
| 128,83 | 27,37 | 101,46 | 48,69 | 558,63 | 607,32 |
| 134,37 | 66,42 | 68,95 | 79,98 | 485,76 | 565,74 |
| 127,96 | 35,09 | 92,87 | 60,04 | 585,51 | 645,55 |
| 1773,11 | 586,11 | 1187,00 | 903,35 | 7245,28 | 8148,63 |
| 126,65 | 41,86 | 84,79 | 64,52 | 517,52 | 582,04 |
| 128,03 | 41,86 | 86,17 | 64,52 | 534,37 | 598,89 |

Въ послѣдней таблицѣ, общей для всѣхъ семей, азотистыя вещества, составляющія, какъ сказано раньше, главную основу питательности каждаго пищевого продукта, высчитаны отдѣльно изъ продуктовъ растительнаго и животнаго происхожденія. Сдѣлано это для того, чтобъ судить, хотя приблизительно, о питательномъ достоинствѣ пищи, падающей среднимъ числомъ на долю каждаго взрослого члена въ изслѣдованныхъ семьяхъ, такъ какъ это достоинство опредѣляется, какъ извѣстно, не количествомъ заключающихся въ пищу различныхъ питательныхъ началъ, а степенью ихъ усвояемости. Работы же многихъ изслѣдователей, какъ за границей, такъ и у насъ въ Россіи, съ положительностію доказываютъ, что азотистыя вещества изъ растительныхъ продуктовъ усваиваются далеко не такъ совершенно, какъ изъ продуктовъ животныхъ. Такъ напр. опыты надъ усвоеніемъ ржанаго хлѣба Meyer'a ¹⁾, Бучинскаго ²⁾, Дементьева ³⁾ и Rubner'a ⁴⁾, работавшаго надъ усвояемостью различныхъ пищевыхъ веществъ, показали, что у лицъ, питающихся этимъ продуктомъ, выдѣляется неусвоенной приблизительно $\frac{1}{3}$ всего азота. При питаніи же пшеничнымъ хлѣбомъ не усваиваются по Meyer'у 19,9%, по Rubner'у среднимъ числомъ (изъ двухъ опытовъ) 22,2% азота, содержащагося въ этомъ хлѣбѣ. Усвоеніе жировъ, какъ растительныхъ, такъ и животныхъ, по опытамъ Д-ра Левентуева ⁵⁾, произведеннымъ въ лабораторіи Проф. А. П. Доброславина, происходитъ въ одинаковой степени.

Просматривая эту общую таблицу, мы видимъ такимъ образомъ, что среднимъ числомъ въ день на долю каждаго члена изъ шести первыхъ семей, питавшихся въ продолженіи поста, приходится въ граммахъ 109,50 азотистыхъ веществъ, 90,83 жировъ и 369,50 углеводовъ.

Отношеніе азотистыхъ веществъ къ безъазотистымъ въ этихъ семьяхъ равняется — 1 : 4 — 4,4. Что же касается отношенія между азотистыми веществами животнаго и растительнаго происхожденія, то во второй и шестой семьяхъ на каждаго приходится первыхъ веществъ больше, чѣмъ вторыхъ; въ остальныхъ семьяхъ это отношеніе колеблется въ весьма ограниченныхъ предѣлахъ: отъ 1:1,05 до 1:1,2.

¹⁾ G. Meyer. „Ernährungsversuche mit Brod am Hund und Menschen“. Zeitschrift für Biologie. 1871, VII, S. 1 и слѣд.

²⁾ Бучинскій. „Матеріалы для діететики хлѣба и сухарей“. Дисс. Спб. 1873 г.

³⁾ „Здоровье“. № 56, стр. 49.

⁴⁾ Max Rubner. „Ueber die Ausnützung einiger Nahrungsmittel im Darmkanale des Menschen“. Zeitschrift für Biologie. 1879. XV, S. 115 и слѣд.

⁵⁾ Гигіена Проф. Доброславина. Спб. 1884 г., стр. 207.

До разбора данныхъ для остальныхъ четырнадцати семей считаю необходимымъ сдѣлать поправку къ семьѣ одиннадцатой—Мустафы Усеина оглу. Количество питательныхъ началъ на cadaго члена этой семьи выведено, не принимая въ расчѣтъ винограда. Между тѣмъ каждый изъ нихъ, какъ сказано въ примѣчаніи къ таблицѣ, съѣдалъ, по собственному ихъ признанію, этого продукта отъ $4\frac{1}{2}$ до 6 фунт. въ сутки. Если мы возьмемъ среднее изъ этихъ чиселъ и откинемъ $1\frac{1}{4}$ ф. на вѣтки, зерна ягодъ и часть выплевываемыхъ оболочекъ (что будетъ приблизительно вѣрно), то все-таки на долю cadaго остается 4 ф. или 1638 грм. Количество азотистыхъ веществъ, содержащихся въ виноградѣ, среднимъ числомъ равняется $1,18\%$, количество же углеводовъ— $14,43\%$ ¹⁾.

Принимая эти цифры, получимъ изъ 1638 грм. винограда азотистыхъ веществъ 19,33 и углеводовъ 236,36 грм. Всего же, слѣдовательно, на долю cadaго въ семьѣ Мустафы Усеина оглу приходится среднимъ числомъ въ день азотистыхъ веществъ 108,07, жировъ 52,21 и углеводовъ 636,56 грм.

Думаю, что указанное количество винограда для данной семьи могло бы быть смѣло повышено, такъ какъ эту семью составляли наемные рабочіе и желаніе ихъ показать количество съѣдаемаго продукта, ввѣреннаго ихъ охранѣ, менѣе дѣйствительнаго количества было такимъ образомъ понятно.

Подтверженіемъ того, что виноградъ можетъ до нѣкоторой степени замѣнять собою другіе пищевые продукты, служить еще одно наблюдение, не помѣщенное въ работѣ, надъ питаніемъ семьи изъ четырехъ взрослыхъ и вполне здоровыхъ членовъ, употреблявшихъ очень большія количества винограда. Тщательныя измѣренія всѣхъ съѣдаемыхъ продуктовъ, кромѣ винограда, производились въ продолженіи четырехъ дней. По вычисленіи же оказалось, что изъ этихъ продуктовъ на долю cadaго въ день среднимъ числомъ приходится азотистыхъ веществъ 60,24, жировъ 29,79 и углеводовъ 278,52 грм., каковыя количества питательныхъ веществъ не могли, конечно, пополнять собою всѣ траты ихъ организма и, слѣдовательно, пополняющимъ эти траты продуктовъ въ данномъ случаѣ служилъ виноградъ ²⁾.

Итакъ, принимая въ расчѣтъ для одиннадцатой семьи виноградъ получимъ среднимъ числомъ изъ четырнадцати послѣднихъ семей въ день на cadaго:

¹⁾ Изъ анализовъ разныхъ сортовъ винограда, помѣщенныхъ у Д-ра Дмитріева: „Леченіе виноградомъ въ Ялтѣ на южномъ берегу Крыма“. 1882 г., стр. 27.

²⁾ Наблюдение это не доведено до конца потому, что опредѣлить, хотя бы приблизительное количество потребляемаго винограда, не было возможности.

| | | |
|------------|---------|-------------|
| Азот. вещ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
| 128,03 | 64,52 | 534,37 |

Отношеніе азотистыхъ веществъ къ безъазотистымъ въ данныхъ семьяхъ = 1 : 4—6,4; отношеніе же между азотистыми веществами животного и растительнаго происхожденія колеблется, противоположно тому же отношенію въ первыхъ шести семьяхъ, въ широкихъ предѣлахъ — отъ 1 : 1,02 до 1 : 6,6, за исключеніемъ седьмой семьи, въ которой первыхъ веществъ больше, чѣмъ вторыхъ.

Необходимо замѣтить теперь относительно той работы, которую исполняли въ періодъ наблюденій татары, служившіе мнѣ объектами изслѣдованія. Обыкновенно работа эта была не трудная и состояла въ подвязываніи и обрѣзаніи виноградника, въ поливкѣ табачныхъ плантацій, — для чего пропускаютъ по прорытымъ канавкамъ проточную воду и слѣдятъ только за равномернымъ распредѣленіемъ ея по плантаціи, — въ срѣзываніи табачныхъ листьевъ и нанизываніи ихъ на шнуры для сушки. Каждый изъ нихъ работалъ никакъ не болѣе шести часовъ въ день, въ большинствѣ же случаевъ и того меньше.

Для точнаго рѣшенія вопроса о томъ, достаточное ли количество пищи получали татары, бывшіе подъ моимъ наблюденіемъ, необходимо, конечно, было бы знать кромѣ тѣхъ веществъ, которыя они принимали въ различныхъ кушаньяхъ, и вещества выдѣлявшіяся ихъ почками, кишками, кожей и легкими. Этимъ путемъ и можно бы было опредѣлить: сохраняли ли они при этой пищѣ фізіологическое равновѣсіе своего организма, или же теряли изъ него какое либо вещество.

Но такія изслѣдованія при тѣхъ условіяхъ, въ которыхъ производилась моя работа, были, разумѣется, невозможны и поэтому проведены не были. Приходится такимъ образомъ рѣшать послѣдній вопросъ хотя приближительно только на основаніи количества азотистыхъ веществъ, жировъ и углеводовъ, выпадавшихъ на долю cadaго изъ татаръ.

Обратимся къ указаніямъ проф. Фойта относительно количествъ питательныхъ веществъ, необходимыхъ для пополненія фізіологическихъ тратъ организма человѣка при различныхъ условіяхъ.

Фойтъ „изъ значительнаго числа наблюденій“ надъ пищей рабочихъ вывелъ заключеніе, что здоровому работнику, занятому умѣреннымъ трудомъ, необходимо ежедневно получать для сохраненія фізіологическаго равновѣсія его организма

| | | |
|------------|---------|-------------------------------|
| Азот. вещ. | Жировъ. | Углеводовъ. |
| 118 | 56 | и до 500 грм. ¹⁾ . |

¹⁾ Фойтъ. «О пищѣ въ общественныхъ заведеніяхъ». Воен.-мед. Ж., 1876 отд. VII.

Если эти цифры питательныхъ веществъ принять за норму для нашихъ татаръ, которые, по условіямъ работы, какъ видно выше, могутъ быть отнесены къ типу рабочихъ, занятыхъ умѣреннымъ трудомъ, то, сравнивая ихъ съ средними цифрами изъ четырнадцати послѣднихъ семей, питавшихся при нормальныхъ условіяхъ, т. е. внѣ поста, мы могли бы сказать, что татары въ этихъ семьяхъ получали достаточное количество питательныхъ веществъ. Но къ этому выводу можно придти только въ томъ случаѣ, если не брать во вниманіе усвояемость этихъ веществъ. Между тѣмъ изъ 128,03 грм. всѣхъ азотистыхъ веществъ на долю азот. веществъ растительнаго происхожденія приходится 86,17 грм., изъ которыхъ *minimum* 20% или 17,23 грм. не усвоятся. Слѣдовательно, *усвояемыхъ* азотистыхъ веществъ они получали только **110,80** грм. Точно такимъ же образомъ для шести первыхъ семей, питавшихся во время поста, получается среднее число *усвояемыхъ* азотистыхъ веществъ— **98,44** грм. Просматривая отдѣльныя семьи, мы видимъ, что только въ девятой и девятнадцатой семьяхъ каждый получалъ усвояемыхъ питательныхъ веществъ достаточныя количества сравнительно съ вышеприведенной нормой проф. Фойта.

Не безынтересно будетъ сравнить теперь степень питательности пищи татаръ по моимъ изслѣдованіямъ съ питательностію пищи нашихъ крестьянъ. Для послѣдней цѣли мы можемъ воспользоваться данными относительно пищи крестьянъ М. Г а л и н а и, пожалуй, П. Г р я з н о в а ¹⁾. Будемъ брать для сравненія количество азотистыхъ веществъ, богатствомъ которыхъ главнымъ образомъ и обусловливается питательность пищи.

Г а л и н ъ ²⁾, производя наблюденія по второму способу Фойта надъ пищей крестьянъ Аккерманскаго уѣзда въ семи семьяхъ, нашель, что на долю каждаго члена среднимъ числомъ падало въ день 141, 12 грм. азотистыхъ веществъ. Г р я з н о в ъ ³⁾ при изученіи пищи крестьянъ въ четырехъ участкахъ Череповецкаго уѣзда нашель (не употребляя впрочемъ при этомъ точныхъ методовъ Фойта) слѣдующія ежедневныя количества азотистыхъ веществъ въ пищѣ на каждаго: въ Лѣсномъ 131,8, Уломскомъ 152,8, Земледѣльческомъ 151,5 и Пригородномъ 151,1 грм. При моихъ же изслѣдованіяхъ каждый изъ татаръ получалъ среднимъ числомъ въ день **128,03** грм. азотистыхъ веществъ ⁴⁾.

¹⁾ Другихъ попытокъ, болѣе или менѣе систематическихъ, опредѣлить количество и качество пищи крестьянъ, насколько мнѣ извѣстно, не было.

²⁾ М. Галинъ. „О количествѣ и качествѣ пищи у крестьянъ (нѣкоторыхъ селъ) Аккерманскаго уѣзда“. Тр. Общ. Охран. Народн. Здр.; вып. IV, т. II, 1886 г.

³⁾ П. Грязновъ. „Опытъ сравнительнаго изученія гигиеническихъ условій крестьянскаго быта Череповецкаго уѣзда“. Диссертация. Спб. 1880 г.

⁴⁾ беру для сравненія среднее число изъ 14 послѣднихъ семей, потому что

При сопоставленіи этихъ цифръ азотистыхъ веществъ, казалось бы съ перваго взгляда, что питательность пищи нашихъ крестьянъ превосходитъ такимъ образомъ питательность пищи татаръ. Но это превосходство на самомъ дѣлѣ только кажущееся и вотъ почему. Крестьяне, служившіе Галину и Грязнову объектами изслѣдованія, получали азотистыя вещества „почти исключительно изъ растительной пищи“ и притомъ, сравнительно съ пищей татаръ, худшей по качеству, изъ которой, слѣдовательно, громадный процентъ этихъ веществъ выдѣлялся въ калѣ неусвоеннымъ. Что же касается работы ихъ, то Галинъ сравниваетъ ее по трудности ¹⁾ съ работой солдата на войнѣ, для котораго Фойтъ считаетъ необходимымъ уже не 118 грм. азотистыхъ веществъ, какъ для „средняго рабочаго“, а 145 грм. ²⁾. Д-ръ Грязновъ точно также констатируетъ „громадную затрату силъ населенія при работѣ“ въ Уломскомъ участкѣ (loc. cit., стр. 152), гдѣ получилась большая цифра азотистыхъ веществъ на долю каждаго, и „тяжелую работу“ въ другихъ участкахъ.

Итакъ, принимая во вниманіе съ одной стороны несомнѣнно худшее качество пищи большинства крестьянъ, съ другой значительно большую затрату ихъ силъ при работахъ, приходится признать, что пища нашихъ крестьянъ далеко уступаетъ въ питательности пищѣ татаръ по моимъ изслѣдованіямъ.

Покончивъ съ вопросомъ о размѣрахъ питанія татаръ, перейду далѣе къ обзору вообще всѣхъ пищевыхъ средствъ и напитковъ, употребляемыхъ татарами южнаго берега Крыма.

Свѣдѣнія по этому отдѣлу собраны мной, какъ я замѣтилъ уже вначалѣ, кромѣ „Гурзуфа“ и „Кизильташа“, изъ различныхъ другихъ деревень, лежащихъ въ разныхъ пунктахъ южнаго берега на протяженіи отъ Алушки до Алушты.

Остановлюсь раньше на пищевыхъ продуктахъ животнаго царства.

Изъ *мяса* татары употребляютъ преимущественно *баранину* въ различныхъ видахъ: вареную, жареную и соленую. *Говядина* же употребляется ими чрезвычайно рѣдко, точно также, какъ и телятина. Предпочтеніе, отдаваемое баранинѣ, объясняется главнымъ образомъ выгодой и удоб-

питаніе первыхъ 6 семей происходило при исключительныхъ условіяхъ, т. е. во время поста, когда татары, въ силу религіозныхъ убѣжденій, изнуряютъ себя голодомъ и жаждою, оставаясь почти $\frac{3}{4}$ сутокъ безъ пищи и питья.

¹⁾ Изслѣдованія производились имъ въ періодъ времени отъ 8 ч. Іюля до 14 ч. августа.

²⁾ Фойтъ. „Пища для солдатъ“. Loc. cit., стр. 33.

ствомъ разведенія овецъ въ той мѣстности. Животное это, доставляя своему хозяину кромѣ шерсти, которой онъ одѣвается и изъ которой приготовляетъ многіе необходимые въ хозяйствѣ предметы (войлоки, тюфяки, мѣшки и пр.), часто по два приплода, между тѣмъ круглый годъ не требуетъ отъ него корма. Что же касается качества этаго сорта мяса, то оно нѣжно, пріятно на вкусъ и не имѣетъ того своеобразнаго запаха, который присущъ мясу овецъ нашихъ центральныхъ и сѣверныхъ губерній.

Употребленіе *свинины* запрещается татарамъ закономъ. Въ нѣкоторыхъ деревняхъ, какъ напр. въ „Корбеклы“ (у подножія Чатырдага) распространено употребленіе мяса молодыхъ домашнихъ *козъ*, при чемъ обыкновенно жарятъ его съ лукомъ и чеснокомъ. Мясо домашнихъ *птицъ* и ихъ яйца не пользуются любовью татаръ, поэтому потребленіе этихъ продуктовъ весьма ничтожно. Въ Августѣ мѣсяцѣ большинство татаръ южнаго берега лакомится еще мясомъ *перепеловъ*. Въ это время начинается перелетъ этой птицы и она въ громадныхъ количествахъ появляется по южному склону Яйлинскаго хребта, гдѣ и ловятъ ее безъ особаго труда.

Изъ разныхъ сортовъ морской *рыбы* большею частію татарами употребляются слѣдующіе сорта: Кефаль или сельдь Чернаго моря (*Clupea pontica*), Хамса или Анчоусъ (*Engraulis encrasicolus*), Камбала (*Pleuropectes maoticum*), Султанка (*Mullus barbatus*) и Тарань (*Cyprinus vimba*). Первые четыре сорта рыбы они употребляютъ въ вареномъ и жареномъ видахъ; тарань же ѣдятъ обыкновенно засушенной на солнцѣ. Хамсу кромѣ того иногда солятъ, заготавливая ее до слѣдующаго улова.

Изъ другихъ пищевыхъ средствъ животнаго происхожденія не малой распространенностью между татарами пользуются *молоко* и *баранье сало*. Молоко употребляется ими преимущественно въ формѣ „*катыка*“ (см. стр. 9), въ другихъ же видахъ рѣдко. Кромѣ коровьяго молока употребляютъ иногда и овечье, приготовляя изъ него, или катыкъ, или творогъ. Изъ овечьяго же молока получается и *сыръ* „Брынза“, который готовятъ ни Яйлинскомъ хребтѣ ¹⁾ или получаютъ его готовымъ изъ Евпаторіи и Феодосіи. Баранье сало вытапливаютъ изъ курдюковъ; не имѣя ни малѣйшаго запаха, оно охотно поѣдается татарами съ хлѣбомъ и употребляется въ разнообразныя блюда. Употребленіе масла коровьяго ограничивается очень небольшими размѣрами.

Характеръ *растительной* пищи татаръ опредѣляется, конечно, прежде всего естественными условіями почвы и климатомъ южнаго берега Крыма. Изъ хлѣбныхъ зеренъ, засѣваемыхъ тамъ и употребляемыхъ въ пищу, первое мѣсто занимаетъ яровая *пшеница*, изъ которой получаютъ

¹⁾ Къ сожалѣнію способъ приготоовленія этого сыра самому мнѣ видѣть не удалось, изъ сообщенныхъ же свѣдѣній яснаго представленія объ этомъ я не могъ составить.

два сорта *муки*: крупную, неотсѣянную муку, исключительно идущую на выпеканіе хлѣба (см. стр. 8), и болѣе тонкую, безъ отрубей, употребляемую на приготовленіе лепешекъ, пирожковъ, варениковъ и пр. мучнистыхъ блюдъ. Въ нѣкоторыхъ мѣстахъ, напр. въ деревнѣ „Дерменкой“ и „Кучукъ—Ламбатъ“ изъ пшеницы готовятъ особый видъ крупы подъ именемъ „*бумуръ*“. Для этаго предварительно варятъ пшеницу, по возможности освободивъ ее отъ внѣшней кожуры, затѣмъ высушиваютъ и растираютъ ее не особенно мелко между двумя какими нибудь плоскими поверхностями. Крупу эту употребляютъ въ супахъ, соусахъ и кашахъ. Иногда супы и каши готовятъ и изъ цѣльнаго пшеничнаго зерна. Изъ привозныхъ пшеничныхъ продуктовъ татарами употребляются различнаго сорта *макаронны* и *вермишели*.

Слѣдующими послѣ пшеницы распространенными хлѣбными зернами являются *пшено* и *рисъ* (привозный). Изъ нихъ обыкновенно готовятъ каши и различнаго рода супы. Изъ пшена иногда выдѣлываютъ муку грубаго помола, которая идетъ на приготовленіе напитка— „*бузы*“. Муку для этаго разводятъ теплой водой и варятъ, часто помѣшивая, въ котлахъ на медленномъ огнѣ приблизительно около 8 часовъ. Затѣмъ всю эту массу помѣщаютъ въ корыто, подбавляютъ солодъ, приготовляемый изъ пшена же, и оставляютъ до тѣхъ поръ, пока охолодѣетъ. Далѣе переносятъ эту массу въ сито надъ кадкой и, подливая теплой воды, разминаютъ ее руками. Жидкость, стекающая въ подставленную кадку, и есть „*буза*“. До употребленія оставляютъ ее въ кадкѣ на одинъ—два дня для броженія, а потомъ разливаютъ уже въ бутылки. Напитокъ этотъ дѣйствуетъ охмеляющимъ образомъ. Для приготовленія бузы существуютъ почти въ каждой деревнѣ особыя бузные лавки; въ домашнемъ же хозяйствѣ татары дѣлаютъ ее рѣдко.

Кукуруза (турецкая—съ крупными зернами) употребляется обыкновенно въ варенномъ видѣ и въ очень небольшихъ количествахъ, такъ какъ разводятъ ее въ ничтожныхъ размѣрахъ и то большею частію на огородахъ между овощами.

Отдѣлъ огородныхъ *овощей*, употребляемыхъ въ пищу татарами, отличается большимъ разнообразіемъ. Благодаря тому, что производительность большей части сортовъ ихъ не прекращается до конца Октября мѣс. и позже, смотря по состоянію погоды, татары имѣютъ возможность такимъ образомъ цѣлые полгода пользоваться свѣжими овощами. Помидоры, различные виды бобовъ и гороха, лукъ, чеснокъ, стручковый перецъ и огурцы являются самыми распространенными изъ овощей; употребленіе же ихъ весьма разнообразно. Стручковый перецъ, впрочемъ, предпочитаютъ въ соленомъ видѣ (см. стр. 10). Въ свѣжемъ состояніи этотъ перецъ мясистожилый, слегка горьковатаго вкуса и темно-зеленаго цвѣта. Затѣмъ слѣдуютъ по степени распространенности: тыква, картофель,

бураки и капуста. Послѣдняя овощь разводится очень мало, поэтому о квашенной капустѣ татары не имѣютъ понятія.

Кромѣ овощей татары, конечно, пользуются при своемъ продовольствіи всеми *плодами* и *фруктами* южнаго берега Крыма. Перечислять ихъ нѣтъ необходимости.

Изъ растительныхъ *маслъ* употребляютъ оливковое и иногда орѣховое.

Изъ *напитковъ* самымъ распространеннымъ между татарами служитъ кофе, употребляемый ими безъ подмѣси цикорія. Ни одинъ почти завтракъ, обѣдъ и ужинъ не обходится безъ того, чтобъ въ заключеніе каждый татаринъ не выпилъ бы чашку чернаго кофе съ гущей. Чай, хотя и употребляется ими, но рѣдко. „Язьму“ и „шербетъ“ (см. стр. 10) употребляютъ охотно. Водку и пиво пьютъ въ весьма умеренныхъ количествахъ; потребленіе же виноградныхъ винъ запрещается имъ религиознымъ закономъ.

Свѣдѣнія относительно количества продуктовъ, потребляемыхъ каждымъ, за болѣе или менѣе продолжительный срокъ, къ сожалѣнію, получились разнорѣчивыя, такъ что воспользоваться ими я не могъ. Приблизительно же одинаковыми оказались показанія относительно потребляемыхъ количествъ баранины и бараньяго сала. По этимъ даннымъ среднимъ числомъ на каждого взрослого приходится въ мѣсяць 10 фунтовъ баранины (съ костями) и около 3 фунт. сала ¹⁾.

Рѣзкой разницы въ пицѣ татаръ въ различное время года не бываетъ. Постъ соблюдается ими одинъ въ году — „Ураза“, во время котораго характеръ пищи, какъ видно изъ таблицъ, не мѣняется сравнительно съ остальнымъ временемъ.

Въ заключеніе этого обзора замѣчу, что никогда при моихъ распросахъ я не слыхалъ со стороны татаръ жалобъ на неудовлетворенность въ пицѣ. Точно также не слыхалъ о какихъ либо отравленіяхъ отъ вредныхъ примѣсей въ мукѣ, отъ рыбы или зародышей глисть въ баранинѣ.

Считаю долгомъ выразить мою искреннюю благодарность Профессору А. П. Доброславиному за предложеніе темы, по которой была произведена мной эта работа, и необходимыя указанія при выполненіи послѣдней.

¹⁾ Д-ръ Грязновъ (*loc. cit.*) опредѣлилъ слѣдующія количества мяса на каждого изъ крестьянъ въ годъ: въ Лѣсномъ участкѣ 14, 7 фунт., въ Уломскомъ 16,2 ф. и въ Земледѣльческомъ 27 ф.

ПОЛОЖЕНІЯ.

1) Пища татаръ южнаго берега Крыма превосходитъ своей питательностію пищу большинства нашихъ крестьянъ.

2) Магометанскій постъ «Ураза» дурно отражается на здоровьи соблюдающихъ его татаръ южнаго берега Крыма.

3) На южномъ берегу Крыма нѣтъ условій для образованія злокачественныхъ перемежающихся лихорадокъ, какъ то думаютъ многіе.

4) *Finctura Eucalypti Globuli* вѣрнѣе даетъ положительные результаты при перемежающихся лихорадкахъ, если приготовлена изъ свѣжихъ листьевъ.

5) Паральдегидъ при долго длящихся безсонницахъ (у психическихъ больныхъ, атактиковъ и др.) долженъ быть предпочтѣемъ другимъ снотворнымъ средствамъ.

6) Различіе въ дѣйствиі полной ванны и полуванны одной и той же температуры объясняется отчасти разницей въ тяжести давящей воды въ томъ и другомъ случаяхъ.

7) Въ тѣхъ случаяхъ страданій сосудистой системы, гдѣ повышеніе кровяного давленія можетъ быть опаснымъ, высота воды въ ваннѣ должна быть незначительна.

8) Оспопрививаніе телячьимъ оспеннымъ распадомъ (детритомъ) должно обойтись Земству дешевле существующаго способа прививки гуманизированной оспы и сопровождается меньшими хлопотами, чѣмъ въ послѣднемъ случаѣ.



