

á mi modo de ver la resolución de tan difícil problema y el objeto del humilde trabajo que hoy publico, es precisamente dar á conocer la manera práctica y atinada con que tan distinguido Mayor de ejército trata la cuestión.

Armando Gautier, ha calculado para los habitantes de Francia, en estado de reposo la siguiente fórmula alimenticia:

Albuminoideos.....	107	gramos
Grasa.....	64	„
Hidro-carbonados.....	407	„

Perrier, ha calculado para el soldado francés (ración de trabajo:)

Albuminoideos.....	160	gramos
Grasa.....	45	„
Hidro-carbonados.....	600	„

Brioso y Vasconcelos, fundándose en que nuestros soldados son por regla general de menor talla y peso que los franceses, formula una ración menor que la de trabajo de *Perrier* (corrigiéndole la cantidad de grasa que es notoriamente poca) y mayor que la de *Gautier* que está calculada para el reposo. Fundándose también en las diferencias de clima, talla, peso y trabajo, escoje la ración que teóricamente se acerca al *máximum* para llenar las necesidades de la mayoría, pues nada importa que el que consuma menos tenga un ligero sobrante y quien consuma más—que es quien puede rendir más—tenga un déficit. De ésta manera una misma ración alimenticia se puede administrar (con ligeras variantes en grasas y azúcares) á individuos colocados en cualquiera parte del país, quedando formada de la manera siguiente:

Albuminoideos.....	156	gramos
Grasa.....	53	„
Hidro-carbonados.....	504	„

Estas cantidades de principios son dadas por los siguientes alimentos:

ALIMENTOS		Hidro-carbonados	Albuminoideos	Grasa
Carne.....	400 gms.	80 gms.	6 gms.
Pan.....	200	110	18
Maíz.....	300	204	30	15
Frijol.....	120	66	24	2
Arroz.....	40	34	2
Legumbres...	100	2
Piloncillo.....	90	90
Manteca.....	30	30
Totales...	504	156	53