



ku a mléčným výrobkům a ostatním nápojům relativně malá. K samotnému tématu spotřeby nápojů v době komunismu nebyla publikována – pokud je nám známo – žádná komplexní studie, pouze širěji pojatá monografie Martina France *Řasy, nebo knedlíky?*<sup>1</sup>

Prvně zmíněný časopis, *Výživa lidu*, se věnoval problematice výživy a přispívali do něj popřední odborníci. Vydávala jej od roku 1945 *Společnost pro racionální výživu*, která sídlila v Praze na Národní třídě. Jí vydávaný časopis vycházel jednou měsíčně. Řídili jej prof. MUDr. Vilém Hons a Marie Ůlehlová-Tilšchová s redakčním okruhem, za redakci odpovídal Ing. Antonín Komárek.

Zmíněná *Společnost pro racionální výživu* byla založena na podzim 1945. Jednalo se o iniciativu tehdejšího ministerstva výživy, jejímž cílem byla snaha o výchovu k racionální výživě člověka. Společnost sdružovala odborníky z oblasti výživy, a to jak klinické pracovníky, hygieniky, tak zaměstnance potravinářského průmyslu a obchodu, školství, armády, plánovacích komisí atd. Od roku 1951 se rozvíjela též *Společnost slovenská*.

Ve zmíněném období byly zakládány výzkumné ústavy v oblasti výživově-výrobní (Výzkumný ústav potravinářského průmyslu), ale i ve zdravotnictví pod heslem *Lid má právo na zdraví*. V oblasti zdravotnictví vznikl Ústav pro výzkum výživy lidu v Praze a brzy poté i v Bratislavě; založena byla rovněž příslušná oddělení hygieny výživy u ústavů sdružujících hygienické obory.<sup>2</sup>

Druhý zmíněný časopis, *Průmysl potravin*, vycházel jako měsíčník pro technické a hospodářské otázky průmyslové výroby potravin. Články v něm publikované byly zaměřeny odborněji než *Výživa lidu*, obsahovaly navíc experimentální část, diskuzi a resumé v ruském, anglickém a německém jazyce. Texty zde byly rozděleny do odborných rubrik, z nichž největší objem v ročníku zabíraly mléko a mléčné výrobky, což svědčí o významu jejich konzumace. Tento časopis vydávalo Ministerstvo potravinářského průmyslu ve Státním nakladatelství technické literatury, n. p. ve Spálené ulici, přičemž redakce sídlila v Krakovské ulici. Post vedoucího redaktora zastával Ing. Dr. Rudolf Bretschneider, jehož na konci 50. let nahradil v této funkci Ing. Dr. Miloš Kmínek.

Na úvod studie musíme zdůraznit, že stravovací zvyklosti v období 50. let 20. století nebyly pouze důsledkem komunistického experimentu krátce po nástupu k moci, ale nesly s sebou plody meziválečného a válečného stravování. Do určité míry navazovaly na tradiční stravu v českých zemích 19. století, kdy byly položeny základy naší současné české kuchyně, jejímž synonymem se staly nezdravý způsob stravování, hojnost tuků, přemíra moučných jídel, konzumace červeného masa a vysoká spotřeba piva.

V důsledku agrární revoluce došlo k rozkvětu potravinářského průmyslu, který vstřebával vlivy moderních technologií, přičemž nové možnosti cestování smazaly pevné hranice mezi tradičními evropskými kuchyněmi a přispěly ke kosmopolitnímu nástupu konzumace. Do střední Evropy začaly pomalu pronikat nové stravovací návyky. Třebaže byla konzumace silně vázána na roční

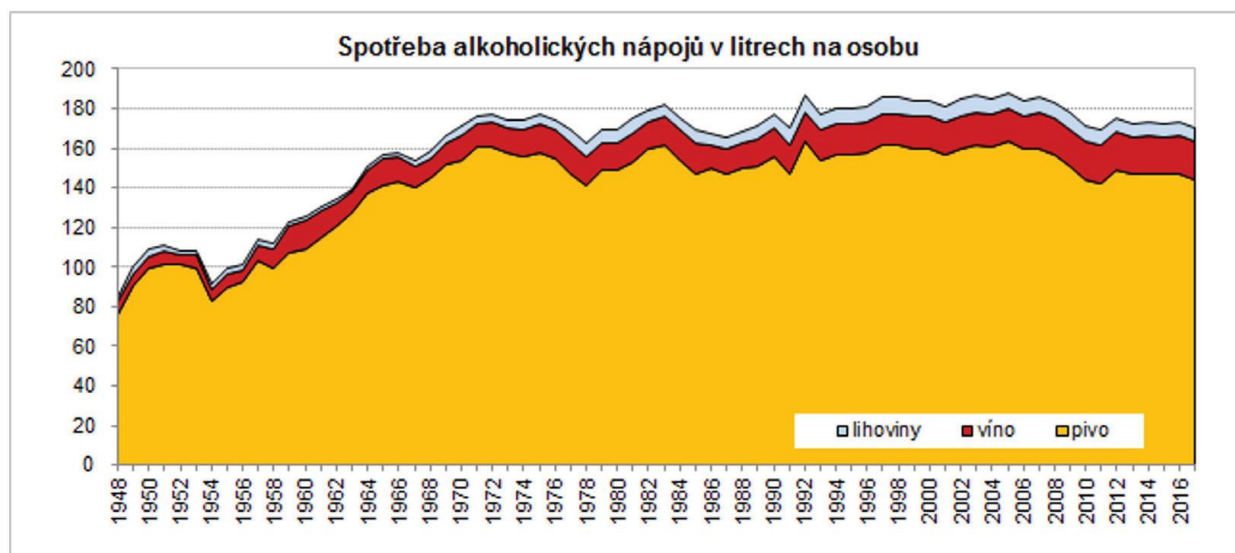
<sup>1</sup> FRANC, Martin. *Řasy, nebo knedlíky? Postoje odborníků na výživu k inovacím a tradicím v české stravě v 50. a 60. letech 20. století*. Praha, 2003, 304 s.

<sup>2</sup> HAINER, Vojtěch a kol. *Základy klinické obezitologie*. Praha, 2011, s. 9.

období, nové způsoby konzervování umožňovaly prodloužit délku spotřeby. Potraviny se staly dostupnějšími pro nejširší lidové vrstvy, které byly nyní méně závislé na potížích se zásobováním a obávanou neúrodou.<sup>3</sup>

### Spotřeba alkoholických nápojů

Rovněž samotný komunistický režim v 50. letech trápila skutečnost, že Československo patřilo mezi země s nejvyšší spotřebou alkoholických nápojů na osobu na světě. Na alkoholismus hleděla již tehdy lékařská věda jako na těžké onemocnění, jež může vést k zdravotnímu postižení dané osoby. V dnešním západním světě, kde je stále znepokojující každodenností, je touto chorobou postiženo až 10 % lidí. Je závažné tím spíše, že jeho chronická konzumace postihuje kromě mozku a jater též další orgány, zejména nervový systém či žaludek, což věděli již tehdejší odborníci.<sup>4</sup>



Graf 1. Spotřeba jednotlivých alkoholických nápojů.

(Zdroj: WITZ, Miloslav. *Spotřeba potravin 1948 až 2017 v grafech*. Český statistický úřad, Krajská správa ČSÚ v Jihlavě. Dostupné online [14. 12. 2021]. <https://www.czso.cz/csu/xj/spotreba-potravin-1948-az-2017-v-grafech>).

Jak je patrné z grafu, ve spotřebě alkoholických nápojů 50. let dominovalo pivo, dále následovalo víno a spotřeba lihovin byla poměrně nízká. S výjimkou poloviny 50. let jeho spotřeba kontinuálně rostla. Ideologicky byla konzumace alkoholu vnímána jako cosi negativního, nesocialistického, protože přece „vysokou spotřebu alkoholických nápojů mají jen nejvyspělejší kapitalistické státy.“<sup>5</sup> V tomto smutném porovnání patřilo Československo k nechvalné špičce, kdy např. ve spotřebě piva předstihla naši zemi ve vyšší konzumaci pouze Belgie a ve spotřebě lihovin Švédsko, Spojené státy americké a Polsko.

<sup>3</sup> JIRÁNEK, Tomáš – LENDEROVÁ, Milena – MACKOVÁ, Marie. *Z dějin české každodennosti. Život v 19. století*. Praha, 2009, s. 118–140.

<sup>4</sup> LÜLLMANN, Heinz a kol. *Barevný atlas farmakologie*. Praha, 2020, s. 304.

<sup>5</sup> ŠÁRKA, Josef. *Rozbor spotřeby alkoholických nápojů, prostředek k řízení boje proti alkoholismu I*. In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 8, 1959, s. 120.

Vysoká spotřeba alkoholu sice odrážela relativně vysokou koupěschopnost obyvatelstva, což mohlo komunistické představitele na jedné straně těšit, na druhé straně – ze zdravotního hlediska – představovala vážný problém, spojený rovněž s pracovní morálkou potřebnou pro budování socialismu v Československu. Boj proti alkoholismu, jež odborníci vedli, tak měl být veden proti jeho nadměrnému používání.<sup>6</sup>

V 50. letech měla spotřeba alkoholu stoupající tendenci. Pouze u lihových nápojů se dařilo cenovými opatřeními snižovat jeho spotřebu, např. v roce 1958 byla jeho spotřeba oproti konzumu z doby před třemi lety snížena o 35,8 %. Nejvyšší spotřebu lihovin si však nadále udržoval především východ, a to jak českých zemí (Ostrava), tak Slovenska (Košice).<sup>7</sup>

Rovněž u vína rostla jeho spotřeba od západu k východu a v průmyslových krajích. Zatímco velkou spotřebu vykazovaly kraje s velkým počtem obyvatel ve městech, např. Praha, Karlovy Vary, Brno či Ostrava, u piva byla tato tendence přesně opačná – čím více na západ, tím více jeho spotřeba stoupala. Nejvyšší spotřebu tak vykazovaly kraje Praha, Karlovy Vary, Ústí nad Labem a České Budějovice, tedy většinou města s vlastní výrobou piva. Nejnižší spotřebu hořkého nápoje z obilného sladu, vody a chmele měly slovenské kraje a město Gottwaldov na východě Moravy.<sup>8</sup>

Rozbory za řadu let ukázaly, že spotřeba alkoholu ve městě a na vesnici nevykazovala podstatné rozdíly. Vysoká byla především v průmyslových okresech s vysokým počtem mladých brigádníků, a to především v létě, např. na Kladně, v Příbrami, v Kolíně, v Kutné Hoře či v Mladé Boleslavi. Byla do určité míry reakcí na zahálení mládeže, neboť tam, kde se nacházela kulturní a sportovní zařízení, spotřeba alkoholu klesala. Na jeho pokles měla rovněž, možná poněkud překvapivě s ohledem na dnešní trend, vliv sledovanost televize a poslech rádia, resp. gramofonu, což představoval úkol pro stranu na další desetiletí.<sup>9</sup>

## Spotřeba piva a vína

Jak jsme již naznačili výše, Československo patřilo v konzumaci alkoholu mezi státy s nejvyšší spotřebou.<sup>10</sup> V konzumaci alkoholických nápojů převládalo tradičně pivo, které udávalo celkový trend spotřeby těchto nápojů; bylo nejoblíbenější. V českých zemích mělo pivo dlouhou tradici pěstování chmele a sladu. Jeho oblibu navíc zvyšovala nízká cena a dobrá dostupnost. Ačkoliv odborníci varovali před jeho vyšší spotřebou, ekonomové v ní naopak spatřovali mimořádný hospodářský význam, takže počítali s dalším růstem jeho produkce.<sup>11</sup>

Po celou éru komunistického režimu usiloval stát o snížení jeho konzumace. Vysoké spotřebě měly konkurovat nealkoholické nápoje, jejichž nabídka

<sup>6</sup> ŠÁRKA, Josef. Rozbor spotřeby alkoholických nápojů, prostředek k řízení boje proti alkoholismu II. In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 9, 1959, s. 139.

<sup>7</sup> Tamtéž, č. 8, 1959, s. 120-121.

<sup>8</sup> Tamtéž, s. 121.

<sup>9</sup> Tamtéž, č. 9, 1959, s. 138-139.

<sup>10</sup> KUŠIAK, Ján – ŠTIKOVÁ, Olga. Ceny potravin a racionální výživa. In *Výživa lidu*, roč. XLIII, č. 1, 1988, s. 4-6.

<sup>11</sup> FRANC, Řasy, nebo knedlíky?, s. 60.

postupně rostla, jak ukážeme v příslušné kapitole. Ty však zatím nevykazovaly potřebné kvality, dostatečného sortimentu a dobré distribuce, což jejich spotřebu limitovalo. Spotřebitelé si navíc stěžovali na řadu nepříjemností, které jejich distribuci bránilo, ať se již jednalo o špatné chlazení, nedostatečnou perlivost, vážnoucí distribuci či krátkou záruční dobu spotřeby nápojů.<sup>12</sup>

Pokud bylo pivo tradičním nápojem, s jehož spotřebou příliš nezmohli ani odborníci, tlačilo se aspoň na pití nízkostupňových piv. Vhodnou alternativu představoval nápoj s obsahem 7,00 % hmotnostního extraktu původní mladiny, tzv. sedmistupňové pivo, jež se nacházelo na hranici stolního a výčepního piva. Spotřeba piv s vyšším podílem alkoholu bylo totiž považováno jak za významný rizikový faktor pro vznik kardiovaskulárních chorob, tak za významnou zátěž s ohledem na vysoký příjem kalorií.<sup>13</sup> I v 60. letech spotřeba piva nadále rostla, a to rovněž mezi mladými lidmi, což odborníci na výživu nepovažovali za optimální trend. Spatřovali v tom často neinformovanost konzumentů spojenou s množstvím tradovaných pověr, např. přežívající informací, že dítě po pití piva zesílí a přibere na váze. Byli proto potěšeni, když tento vývoj na konci zmíněného decénia – rovněž díky jeho zdražení – začal opět klesat.

Je zajímavé, že spotřeba vína nepředstavovala oproti pivu nosné téma pro *Výživu lidu*. Zmínky o něm byly na jeho stránkách sporadické zřejmě proto, že byla jeho spotřeba relativně nízká, resp. nerostla, tedy nepředstavovala pro odborníky na výživu výraznější rizikový problém. Navíc zvýšení cen vína v roce 1962 jeho spotřebu zastavilo, přičemž navýšilo tradičně vysokou spotřebu piva.<sup>14</sup>

## **Spotřeba mléka**

Vznik mlékárenského průmyslu v českých zemích se datuje do roku 1871, kdy v Hostivicích u Prahy vznikla první parní mlékárna. Následně vznikly další mlékárny, jejichž význam byl umocněn vydáním zákona o povinné pasteraci mléka v roce 1934.<sup>15</sup> Ačkoliv došlo po roce 1945, resp. 1948 ke znárodnění mlékáren, mlékárenství doznalo značného rozšíření výroby. Vedle tradičních výrobních oborů vyrostly nová odvětví dětské mléčné výživy, sušárenství mléka pro dospělého spotřebitele, výroba kondenzovaného mléka, smetany, mražených mléčných výrobků, přípravků ze syrovátky atd. Staré výrobní obory rozšířily svůj výrobní program o nové druhy přírodních i tavených sýrů, studených a teplých mléčných nápojů atd. Rozšířila se nabídka sortimentu a zvýšila jeho jakost.<sup>16</sup>

V Československu byla povinná pasterace zavedena vládním nařízením č. 75/1934, uveřejněným v Úředním listě č. 285 ze dne 13. prosince 1934. Povinná pasterace příznivě ovlivnila rozvoj mlékáren. Aby mlékárnám mohlo být vydáno příslušné osvědčení, jsou vyžadovány přístroje, které musí umožňovat buď

<sup>12</sup> Tamtéž, s. 66-67.

<sup>13</sup> Tamtéž, s. 64.

<sup>14</sup> Tamtéž, s. 68-69.

<sup>15</sup> ŠULC, Josef. Dnešní stav techniky při výrobě sterilovaného mléka. In *Průmysl potravin*, roč. XI, č. 6, 1960, s. 297.

<sup>16</sup> KOPÁČ, Otto. Patnáct let rozvoje mlékárenského průmyslu. In *Průmysl potravin*, roč. XI, č. 4, 1960, s. 169; VAVROUŠEK, Josef. K výrobní a odbytové problematice mléka a mléčných výrobků. In *Výživa lidu*, roč. XI, č. 5, 1956, s. 67.

vysoké zahřátí mléka na nejméně 85 °C, nebo krátkodobé zahřátí na 71–74 °C, nebo dlouhodobé, nejméně půlhodinové zahřátí na 62–65 °C. Vládní nařízení č. 75/1934 zůstalo v platnosti v nezměněné podobě až do roku 1952, kdy byla vydána Československá státní norma č. 570 599, jež byla novelizována v roce 1957.



Graf 2. Spotřeba kravného mléka

(Zdroj: HRBEK, Jiří. *Spotřeba potravin*. Český statistický úřad, Praha, 2015, s. 7. Dostupné online [27. 12. 2021]. [https://www.czso.cz/documents/10180/36628758/csu\\_tk\\_potraviny\\_prezentace.pdf/a652619e-0e7c-401e-bff0-fafdec562639?version=1.0](https://www.czso.cz/documents/10180/36628758/csu_tk_potraviny_prezentace.pdf/a652619e-0e7c-401e-bff0-fafdec562639?version=1.0)).

Podle směrnice veterinární zprávy k tlumení tuberkulózy zvířat čj. 112 195 ze dne 27. dubna 1956, v případě použití mléka krav reagujících pozitivně na tuberkulinovou zkoušku, bez zjevných symptomů tuberkulózy, mělo by být mléko zpracováno odděleně a pasterováno 40 vteřin při teplotě 90 °C nebo 30 minut při teplotě 70 °C. Nebylo to však možné, protože mlékárenské závody nedisponovaly zařízením, které by umožňovalo udržet tuto teplotu a dobu. Protože výklad pasteračního režimu byl relativně volný, většina mlékáren využívala okamžitý záhřev na teplotu 85 °C; u některých novějších pastérů se pasterovalo při 75 °C po dobu 30–40 vteřin. Autor porovnával časy pasterace se zahraničím a zdůrazňoval celosvětovou tendenci k šetrné pasteraci při nízkých teplotách a po krátkou dobu.<sup>17</sup>

Vědecko-výzkumné úkoly spojené s využitím mléka, jeho složek a mléčných výrobků řešil Výzkumný ústav mlékárenský založený v roce 1952.<sup>18</sup> Je potřeba zdůraznit, že mléko a mléčné výrobky patří mezi potraviny s vysokou nutriční hodnotou. Obsahuje více než 3 % kvalitních bílkovin, které jsou velmi dobře stravitelné a spolu s vaječným bílkem patří k nevhodnějším zdrojům esenciálních aminokyselin. Podle obsahu tuku bylo v 50. letech k dispozici mléko tučné (min. 3,5 % tuku) a mléko polotučné (1,5 % tuku). Ačkoliv mléčný tuk obsahuje zejména nasycené mastné kyseliny a málo polynenasycených mastných kyselin, jeho výhodou je obsah dobře využitelných mastných kyselin s krátkým a středně dlouhým řetězcem a mléčných fosfolipidů. Mléko obsahuje též cholesterol

<sup>17</sup> ŠULC, Josef. K současné problematice pasterace mléka. In *Průmysl potravin*, roč. X, č. 6, 1959, s. 288–290.

<sup>18</sup> DĚDEK, Miroslav. Přehled činnosti Výzkumného ústavu mlékárenského za rok 1959. In *Průmysl potravin*, roč. I, č. 6, 1960, s. 322–324.

v množství souvisejícím s obsahem celkového tuku. Ze sacharidů obsahuje neo-  
chucené mléko zejména laktózu v množství 4,7 %.

Odborníci velmi podporovali konzumaci mléka jako cenného zdroje vitaminů  
rozpuštěných v tucích, vitaminů skupiny B (B2 a B12) a minerálních látek vápní-  
ku, zinku a jódu. Vitamin D napomáhají vstřebávání vápníku, čímž podporuje  
zdravý stav kostí. Využití vápníku z mléka je vyšší než z rostlinných potravin,  
proto je mléko a mléčné výrobky, které ho obsahují ještě více (až 9 000 mg/kg)  
jeho nezastupitelným zdrojem.<sup>19</sup>

	měrná jednotka	1950	1965
mléko a mléčné výrobky v hodnotě mléka (bez másla)	kg	227,9	184,7
	litry	221,3	179,3
mléko konzumní celkem	kg	-	-
	litry	-	-
kravské mléko	kg	164,8	106,5
	litry	160,0	103,4
kozí mléko	Kg	-	-
	litry	-	-

*Tab. 1. Spotřeba mléka a mléčných výrobků.*

*(Zdroj: MAŠEK, Josef. Zamyšlení nad výsledky čtyřiceti let naší SRV. In Výživa lidu, roč. XL,  
č. 10, 1985, s. 145-146.)*

S ohledem na řečené představovalo mléko v 50. letech snad nejvíce propagovaný  
nápoj, jenž byl považován za jednu z nejhodnotnějších potravin s lehce stravitel-  
ným složením. Odborníci proto usilovali, aby se mléko stalo jednou z nejrozší-  
řenějších a nezbytných denních potravin, tedy základní potravinou každodenní  
spotřeby jako chléb, mouka, ovoce či zelenina.<sup>20</sup> Aby si však mléko udrželo dosta-  
tečnou kvalitu, bylo potřeba zaručit jeho jakost, zdravotní nezávadnost, nutriční  
hodnotu a trvanlivost, aby nedocházelo k jeho znehodnocování. O jakostní nor-  
my se zasazovalo ministerstvo potravinářského průmyslu.<sup>21</sup>

Zejména na počátku 50. let, kdy ještě přetrvával lístkový systém z války  
a obecně byl pociťován nedostatek potravin, vnímali odborníci nedostatek mléka  
jako příčinu zvýšené nemocnosti dětí v nejujtějších věku, odkázaných převážně

<sup>19</sup> VACEK, Jaroslav. Spotřeba mléka v rámci spotřeby potravin a její zabezpečení. In Průmysl po-  
travin, roč. X, č. 11, 1959, s. 566; ŠMRHA, Oldřich – HRUBÁ, Marie. Vývoj spotřeby potravin  
od roku 1945 a jeho další perspektivy. In Průmysl potravin, roč. XI, č. 7, 1960, s. 360; TLÁSKAL  
Petr a kol. Výživa a potraviny pro zdraví. Praha, 2016, s. 30-31; GABROVSKÁ, Dana – CHÝLKO-  
VÁ, Markéta. Fakta o správné a vyvážené stravě aneb čím nám vyvážená strava může prospět.  
Praha, 2017, s. 49.

<sup>20</sup> ŠMOKOVÁ, Božena. Mléko v letních měsících. In Výživa lidu, roč. VII, č. 6, 1952, s. 92; ŠÁRKA,  
Josef. Rozbor spotřeby mléka a ostatních nealkoholických nápojů. In Výživa lidu, roč. XV, č. 2,  
1960, s. 28.

<sup>21</sup> Za vyšší trvanlivost mléka. In Výživa lidu, ročník VI, č. 7-8, 1951, s. 157; Biologická hodnota  
mléka ve vztahu k pasteuraci. In Výživa lidu, ročník XV, č. 8, 1960, s. 113.

na mléčnou výživu, i vysoké kojenecké úmrtnosti. Tato zjištění stála za budováním nových speciálních závodů, které se zabývaly výrobou plnohodnotného sušeného mléka pro výživu dětí – tzv. laktonu a relaktonu.<sup>22</sup>

Jakostnější mléko bylo na československý trh zavedeno v roce 1958, kdy se rozšířil sortiment mlékárenských výrobků, což odpovídalo linii nastolené XI. sjezdem Komunistické strany Československa. Tehdy se na pultech obchodů objevilo plnotučné mléko s obsahem 3,5 % tuku, které se prodávalo výhradně v lahvích, jejichž uzávěry byly označeny fialovou barvou. Cena mléka činila 1,40 Kčs za půl-litrovou láhev a 2,70 Kčs za litrovou láhev. Z počátku bylo dostupné především v krajských a okresních městech, případně v dalších průmyslových střediscích.<sup>23</sup>

Mimochodem, odborníci se domnívali, že rovněž sýr, koncentrovaný mléčný produkt, není mezi konzumenty doceněn a na jídelníčku se často neobjevuje. Byli přesvědčeni, že toto staré a typicky zemědělské jídlo, vytlačují trvale uzenářské výrobky, které se ovšem se svojí biologickou hodnotou sýrům vyrovnat nemohou. Věřili, že jejich malá obliba souvisí zřejmě s nedostatečnou osvětou, kdy lidé neznají jejich kuchyňskou přípravu. Podobně usuzovali rovněž v případě tvarohu a podmáslí.<sup>24</sup>

Co bylo příčinou nízké spotřeby mléka a mléčných výrobků u nás a jak by se mohla změna tohoto stavu prosadit? Spolková republika Německo či skandinávské země se snažily klesající spotřebu mléka vyrovnat růstem konzumace mléčných výrobků. V Československu se podobná změna stravovacích návyků příliš nedařila, především pro malou pestrost nabídky mléčných produktů na trhu, problematickou kvalitu či potíže s distribucí, takže rostoucí spotřeba živočišných bílkovin byla dosahována hlavně díky nárůstu konzumace masa.<sup>25</sup>

Odborníci na výživu si stěžovali na nízkou spotřebu mléka a mléčných výrobků ve všech vrstvách obyvatelstva. Kromě kyselého mléka, podmáslí, syrovátky se vyráběly jogurty, acidofilní mléka, kefíry, jejichž složení a mikroflóra měly významné zdravotně-dietetické účinky. Jejich zdravotní význam spočíval v příznivém vlivu kvašení, kdy se jejich požitím vnášely do trávicího traktu miliardy ušlechtilých a užitečných bakterií mléčného kysání, z nichž některé měly výrazně pozitivní vliv na mikroflóru střevního traktu. Ani masová propagace nicméně jejich spotřebu výrazně nezvýšila.<sup>26</sup>

Kakao sice bylo v českých zemích známé již od první poloviny 19. století; jednalo se však o hořké tzv. holandské kakao. Rozpustné slazené granulované Granko se na trhu objevilo teprve v roce 1979.<sup>27</sup>

Odborníci na výživu spatřovali příčinu nedostatečné konzumace mléka rovněž v podobě jeho prodeje, který nebyl nastaven v optimální podobě. Upozorňovali zejména na nevhodné obaly, malý sortiment, špatnou distribuci, omezenou prodejní

<sup>22</sup> NÁDVORNÍK, František. Zdravotní požadavky na mléko používané k výrobě dětské výživy. In *Výživa lidu*, roč. VIII, č. 10, 1953, s. 147; ŠMRHA, Oldřich – HRUBÁ, Marie. Vývoj spotřeby potravin od roku 1945 a jeho další perspektivy. In *Průmysl potravin*, roč. XI, č. 7, 1960, s. 357.

<sup>23</sup> Máme jakostnější mléko. In *Výživa lidu*, roč. XIII, č. 11, 1958, s. 171.

<sup>24</sup> HEJDA, Stanislav. Význam mléka ve výživě. In *Výživa lidu*, roč. XIII, č. 9, 1958, s. 128.

<sup>25</sup> FRANC, Řasy, nebo knedlíky?, s. 71.

<sup>26</sup> ŠULC, Josef. Zkvašená a zakysaná mléka ve výživě. In *Výživa lidu*, roč. X, č. 7-8, 1955, s. 109.

<sup>27</sup> Granko je zkratkou označení Granulované kakao.



dobu i špatný stav prodejen. Osvěta, pociťovaná jako nezbytná pohnutka ke zvýšení jeho spotřeby, probíhala na stránkách *Výživy lidu* téměř permanentně.<sup>28</sup>

U nízké spotřeby mléka se samozřejmě nejednalo pouze o záležitost jeho prodeje, ale rovněž o jeho výrobu a konzumaci. Spotřeba mléka se v rodinách se zavedením plnotučného lahvového mléka nezvýšila. Odborníci se proto snažili podporovat u dětí přesnídávky s mlékem, a to i ochuceným, přičemž pro dospělé uvažovali o osvěžujících mléčných nápojích. V oblasti výroby usilovali zavádět nové druhy tekutých mléčných výrobků, zajistit plynulou dodávku mléčných výrobků a zlepšit propagaci mléka.<sup>29</sup> Za relativně malou spotřebou mléka stála často neuspokojivá jakost mléka včetně hygienických závad a poruch včetně špatného zásobování obchodů. Rovněž zde jistě sehrály svoji roli zakořeněné nutriční zvyklosti a předsudky, kdy se mléko v povědomí zejména mužů spojovalo výhradně s dětmi.<sup>30</sup>

Odborníci poukazovali na skutečnost, že i tepelně ošetřené mléko neztrácí zcela svoji kvalitu a obsah výživných látek. Třebaže dochází k určitým ztrátám na výživných hodnotách, mléko obsahuje množství vitamínů a enzymů, ale též významných minerálních látek, jak jsme uváděli výše.<sup>31</sup>

V době, kdy lednice nebyly ještě standardem, volali odborníci na výživu po chlazení mléka v nádobách se studenou vodou či doporučovali jeho svaření.<sup>32</sup> Upřednostňovali však krátké, neboť dlouhým, opakovaným a prudkým zahříváním, jak varovali, se mléko znehodnocuje a ničí se v něm vitamíny, mléčné bílkoviny i jemná emulze mléčného tuku. Špatně ošetřené mléko, upozorňovali odborníci, se snadno připaluje a dostává nepříjemnou chuť, čímž se znehodnocuje.<sup>33</sup>

Odborníci dále zdůrazňovali přínos výživné hodnoty i její vhodné použití při dietách. Obyvatelům vysvětlovali, že je podstatou jejich výroby kysání mléka pomocí ušlechtilých kmenů bakterií mléčného kysání s dalšími mikroorganismy a kvasinkami, které obsahují skupiny vitamínů B a C. Upozorňovali na kvalitu výroby zakysaných mléčných nápojů, zejména na jakostní a zdravotně nezávadné mléko, z něhož se tyto produkty vyrábějí.<sup>34</sup>

Již tehdy (!) se odborníci vyslovovali, že existuje množství lidí, které dobře nesnáší mléko, čímž vyvraceli vžitou představu o mléce jako o velmi lehce stravitelném pokrmu. Hovořili dokonce o problémech související s bolestí, nadýmáním, pálením žáhy, říhání či průjmů. Jako alternativu syrovému mléku navrhovali mléko kondenzované, sušené, acidofilní či upravené v podobě kefiru.

Jakost sušených mlék musela odpovídat standardům; jakostní normy zohledňovaly fyzikálně-chemická a mikrobiologická kritéria (přítomnost patogenních

<sup>28</sup> ŠULC, Josef. Mezinárodní mléčný den ve znamení cílevědomého zvyšování spotřeby mléka. In *Výživa lidu*, roč., XIV, č. 7, 1959, s. 101-102.

<sup>29</sup> LAVICKÝ, Karel. Více mléka, ale jak? In *Výživa lidu*, roč. XV, č. 8, 1960, s. 115-117.

<sup>30</sup> OŠANCOVÁ, K. Zdravotní a nutriční význam mléka. In *Výživa lidu*, roč. XI, č. 5, 1956, s. 66.

<sup>31</sup> VÁŠA, Josef. Několik poznatků o výživné hodnotě mléka. In *Výživa lidu*, roč. IX, č. 10, 1954, s. 137.

<sup>32</sup> ŠMOKOVÁ, Božena. Mléko v letních měsících. In *Výživa lidu*, roč. VII, č. 6, 1952, s. 92.

<sup>33</sup> KLIMENTOVÁ, Maryna. Jak používat mléka a smetany v kuchyni. In *Výživa v rodině*. Stálá příloha časopisu *Výživa lidu*, roč. I, č. 9, 1957, s. 29.

<sup>34</sup> STIES, Bohumil. Zakysané mléčné nápoje. In *Výživa lidu*, roč. XII, č. 2, 1957, s. 21.

organismů). Nesnášenlivost nepovažovali za důvod vyloučení mléka ze stravy, ale spíše za možnost vyzkoušení různých forem podávání mléka, aby zůstalo cennou součástí stravy jak u dětí, tak dospělých.<sup>35</sup>

Co se týká kysaných výrobků, odborníci zdůrazňovali význam mikroflóry v mlékařství jako podstatnou složku výroby všech kysaných a kvašených mléčných výrobků i např. při zrání sýrů. Největšího významu dosahovaly kulturu bakteriální rodů *Streptococcus* a *Lactobacillus*, podobně jako dnes.<sup>36</sup>

Nepříjemné zjištění přinesl průzkum mezi dělníky v jednom pražském strojírenském závodě v letech 1955 – 1956. Ukázalo se, že více než jedna čtvrtina dělníků nepije mléko vůbec a 39 % z nich pije pouze malé množství mléka (do 2 litrů týdně). Pouze třetina dělníků vypila denně více než 0,3 litru mléka. Zatímco většina ze 149 dělníků (59,1 %), jejichž strava byla dlouhodobě sledována, si mléko přidávala pouze do kávy, 5,3 % dělníků pilo mléko jen k snídani. Největší spotřebu zaznamenalo mléko o svačinách, kde jím dělníci zapíjeli chléb či pečivo s máslem. Překvapivě nebylo mléko konzumováno společně s dalšími mléčnými výrobky, zejména sýry, kterým dělníci příliš neholdovali.<sup>37</sup>

V tomto ohledu je překvapující, že rovněž venkov, který měl k tomuto nápoji logicky blíže, zaznamenal odklon od mléka ve výživě. Spotřeba mléka činila v mimoměstském prostředí na konci 50. let podle průzkumu průměrně 0,20 litrů na osobu. Odborníci se shodovali na nezbytnosti další propagace tohoto nápoje, jejímž příslibem mohlo být zřizování mléčných jídelen a pravidelné zavádění mléčných jídel do společenských jídelen. Domnívali se, ne však příliš logicky, že by společné stravování mohlo odstranit většinu nedostatků ve výživě na vesnici.<sup>38</sup>

Podle statistických údajů z roku 1958 činila spotřeba mléka a mléčných výrobků na jednu osobu – mléka 134,0 litrů, másla 5,7 kg, sýrů 2,2 kg, tvarohu 1,7 kg, jogurtu 2,6 ks, mražených mléčných výrobků 0,5 litrů a mléčných konzerv 1,2 kg. Celková roční spotřeba mléka a mléčných výrobků tak činila v přepočtu na mléko 200,9 litrů ročně, tedy 0,55 litrů na osobu denně. Samotná spotřeba tekutého mléka činila na osobu a den 0,367 litrů, což oproti doporučené denní ministerstva zdravotnictví dávce mléka pro dospělé 0,5 litrů a pro děti 0,75-1,0 litrů představovalo méně.<sup>39</sup>

V porovnání se spotřebou v Československu, jež činila 134 litrů, měly mnohé kapitalistické státy Evropy vyšší konzum, např. Dánsko dosahovalo 170 litrů, Nizozemí 196 litrů a Švédsko dokonce 237 litrů ročně. Třebaže se oproti druhé polovině 40. let jednalo pochopitelně o vzestup, ve srovnání s rokem 1936 (164,2 litrů) to bylo daleko méně, a to skoro o 20 %. Ambicí odborníků tak zůstávalo

<sup>35</sup> HEJDA, Stanislav. Význam mléka ve výživě. In *Výživa lidu*, roč. XIII, č. 9, 1958, s. 128-129; PÍSECKÝ, Jan – ČERNÁ, Marie – HEJL, Jiří. Metoda ke stanovení rozpouštěcí schopnosti sušených mlék. In *Průmysl potravin*, roč. X, č. 2, 1959, s. 88.

<sup>36</sup> MAŠEK, Jaroslav. Možnosti průtokového kysání smetany. In *Průmysl potravin*, roč. X, č. 2, 1959, s. 81.

<sup>37</sup> Spotřeba mléka u dělníků. In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 7, 1959, s. 106.

<sup>38</sup> KADLEC, Karel. Spotřeba mléka na vesnici a u mládeže. In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 7, 1959, s. 106.

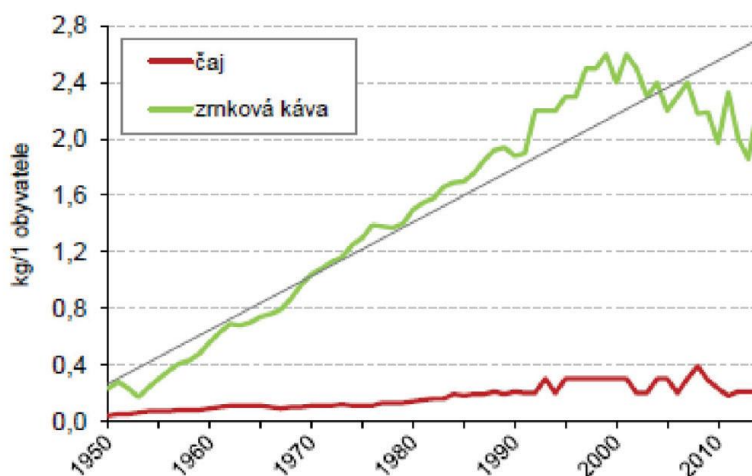
<sup>39</sup> ŠULC, Josef. Mezinárodní mléčný den ve znamení cílevědomého zvyšování spotřeby mléka. In *Výživa lidu*, roč., XIV, č. 7, 1959, s. 101.

zvýšit do poloviny 70. let spotřebu mléka na 180 litrů na osobu ročně, k čemuž přispívaly i oblíbené mléčné bary.<sup>40</sup>

### Spotřeba kávy a čaje

Káva byla konzumována podobně jako čaj z důvodu jejích senzoryckých a povzbudivých vlastností způsobených obsahem kofeinu. Byla k dostání v malém balení ve formě zrn, jež bylo možné si přímo v samoobsluze umlít, anebo již v pomleté formě. Náhračky kávy, tzv. kávoviny, kávu neobsahují, protože vznikají umletím opražených obilovin či jiných surovin. Z toho vyplývá, že mají určitou energetickou hodnotu vzhledem k množství sacharidů v původní surovině a též mohou obsahovat lepek, což je spíše problém dnešní doby než sledovaných 50. let.<sup>41</sup>

Nástup kávy a čaje v období po druhé světové válce byl odborníky považován jako zcela nevhodný, protože rychle vytlačoval ze snídaně komunistickým režimem protěžované mléko. Nová podoba snídaně s černou zrnkovou kávou<sup>42</sup> nahradila bílou kávu, jež byla běžným sortimentem již před druhou světovou válkou, takže spotřeba zrnkové kávy v 50. letech rostla rychleji v domácnostech než ve veřejném stravování. Podobně i čaj, jehož se až 95 % množství konzumovalo v domácnostech a pouze 5 % v jednotkách veřejného stravování. V 50. letech byly v obchodech či v lékárnách k dispozici čaje v sypkém balení.



Graf 3. Spotřeba čaje a kávy.

(Zdroj: HRBEK, Jiří. *Spotřeba potravin*. Český statistický úřad, Praha, 2015, s. 14. Dostupné online [27. 12. 2021] [https://www.czso.cz/documents/10180/36628758/csu\\_tk\\_potraviny\\_prezentace.pdf/a652619e-0e7c-401e-bff0-fafdec562639?version=1.0.](https://www.czso.cz/documents/10180/36628758/csu_tk_potraviny_prezentace.pdf/a652619e-0e7c-401e-bff0-fafdec562639?version=1.0.))

Odborníci vyslovovali obavy, že se nárůst spotřeby kávy stane v brzké době zdravotním problémem, podobně jako např. kouření. Je zajímavým detailem, že čaj patřil mezi výrazné socioekonomické ukazatele, kdy jej měly více v oblíbě pracující. Spotřeba kávy byla vyšší ve městech než na venkově.<sup>43</sup>

<sup>40</sup> STIES, Bohumil. Další rozšíření spotřeby mléka. In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 10, 1959, s. 151.

<sup>41</sup> TLÁSKAL Petr a kol. *Výživa a potraviny pro zdraví*. Praha, 2016, s. 30-31.

<sup>42</sup> Tradičně se pila jako tzv. turecká káva, kdy se mletá zrnková káva zalívala vroucí vodou.

<sup>43</sup> ŠÁRKA, Josef. Rozbor spotřeby mléka a ostatních nealkoholických nápojů. In *Výživa lidu*, roč. XV, č. 2, 1960, s. 28.

Pijáci kávy oceňovali, že konzumace kávy, pochutiny obsahující alkaloid kofein v množství 1-2 % a různé aromatické látky, nejen dobře chutná, ale povzbuzuje současně nervy, srdce a svaly. Ve větších dávkách zmírňuje účinky alkoholu, byť obsah alkoholu v krvi zůstává. Brzy zjistili, že pražená káva je zdravá a že dobrou kávu zajišťují kvalitně upražená zrna z hodnotných druhů, ne příliš dlouho skladované, vhodným způsobem umleté a uvařené.<sup>44</sup>

Problém však spočíval v tom, že spotřeba oblíbené turecké kávy vytlačovala spotřebu mléka; proto byla spotřeba kávy nevhodná. Dalším aspektem bylo zjištění, že Sovětský svaz preferuje v 50. letech spotřebu čaje, avšak z ekonomických důvodů – čaj roste doma, ale káva se musela dovážet ze zahraničí. Pijáci kávy se však našli rovněž v Sovětském svazu, protože již v 60. letech se spotřeby obou lahodných nápojů vyrovnaly. Odborníci si v souvislosti s kávou uvědomovali rovněž další průvodní negativní jev, resp. jevy, které souvisely s vysokým obsahem kalorií v kávě díky přítomnosti cukru, plnotučného mléka, smetany či dalších sladidel.<sup>45</sup>

Obecně však lze prohlásit, že spotřeba kávy v Československu byla nižší než ve vyspělých západoevropských zemích. Je zajímavým detailem, že teprve na prahu 60. let dosáhla spotřeba kávy úrovně první republiky.<sup>46</sup>

### Spotřeba nealkoholických nápojů

Nejobyčejnější ze všech nápojů, voda, tvoří přibližně 50–60 % lidského organismu. Člověk ji získává z nápojů, z potravin a malé množství si vytváří sám v procesech metabolismu. Při nedostatečném příjmu vody člověk pociťuje žízeň. Výběr tekutiny by měl nicméně korespondovat se zdravotním stavem člověka, věkem, pohlavím, fyzickou aktivitou, tělesnou teplotou a teplotou okolního prostředí apod. Příjem tekutin je tedy pro člověka nezbytný a je důležitý jejich správný výběr, přičemž čistá či minerální voda patří k těm nejvhodnějším osvěžením vůbec.<sup>47</sup>

Konzumací nealkoholických nápojů se zabývali odborníci prakticky neustále. Jednou z významných konferencí bylo setkání odborníků v Liblicích v roce 1954.<sup>48</sup> Na stránkách *Výživy lidu* byla v 50. letech propagována k osvěžení zejména řada minerálek bez příchuti, které současně propagovaly minerální prameny naší země. Mezi nimi se zdůrazňovaly především ty, které měly specifický léčivý účinek, např. Bílinka, Vincentka či Ida. Domníváme se, že jejich konzumace nebyla příliš vysoká.

Naopak velmi oblíbený nealkoholický nápoj představovaly různé mošty a ovocné sirupy, které byly současně propagovány mezi dospělými jako

<sup>44</sup> VŠETEČKA, Albert. Jakost kávy. In *Výživa lidu*, roč. XI, č. 7-8, 1956, s. 113.

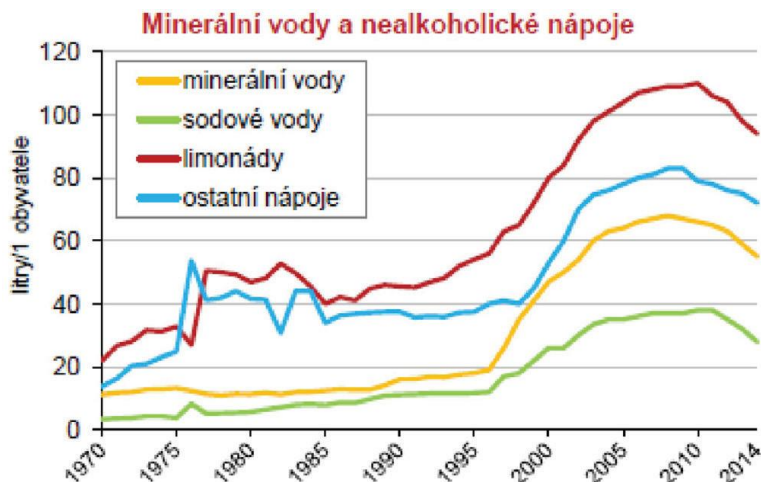
<sup>45</sup> FRANC, Řasy, nebo knedlíky?, s. 69.

<sup>46</sup> Tamtéž.

<sup>47</sup> TLÁSKAL, Petr a kol. *Výživa a potraviny pro zdraví*. Praha, 2016, s. 19-21; GABROVSKÁ, Dana – CHÝLKOVÁ, Markéta. *Fakta o správné a vyvážené stravě aneb čím nám vyvážená strava může prospět*. Praha, 2017, s. 38.

<sup>48</sup> Usnesení konference vědeckých a odborných pracovníků z oboru výživy, konané ve dnech 26. a 27. ledna 1954 v Liblicích na téma „Analýza současné problematiky a vytyčení hlavních úkolů v oboru výživy pro praxi a výzkum“, Praha 1954, s. 10.

prostředky boje proti alkoholismu, tedy protiváha proti často konzumovanému pivu. Dále byly k dispozici sodovky a limonády s různými příchutěmi, přičemž na posledně zmíněné bylo nyní nahlíženo jako na *nevhodné náhražky*.<sup>49</sup>



Graf 4. Spotřeba minerálních vod, sody, limonád a ostatních nealkoholických nápojů (Zdroj: HRBEK, Jiří. *Spotřeba potravin*. Český statistický úřad, Praha, 2015, s. 14. Dostupné online [27. 12. 2021]. [https://www.czso.cz/documents/10180/36628758/csu\\_tk\\_potraviny\\_prezentace.pdf/a652619e-0e7c-401e-bff0-fafdec562639?version=1.0](https://www.czso.cz/documents/10180/36628758/csu_tk_potraviny_prezentace.pdf/a652619e-0e7c-401e-bff0-fafdec562639?version=1.0)).

Nápoje s obsahem cukru představovaly totiž nenápadný zdroj nadbytečné energie, čímž přispívaly k rozvoji obezity a vedly ke zvýšené kazivosti zubů. Po konzumaci slazených nápojů člověk rychle pociťuje žízeň, a tak jich vypije více, čímž již energetická hodnota a množství zkonsumovaných cukrů není zanedbatelné. To si uvědomovali již odborníci ve sledované době.<sup>50</sup>

Po druhé světové válce nabyly na průmyslové výrobě nezkrvašené ovocné šťávy (mošty), a to především jablečné, hruškové a révové, méně pak rybízové, višňové, jahodové, malinové či borůvkové, které vyráběl např. národní podnik Fruta. Lékaři opakovaně zdůrazňovali jejich zdravotní přínos. Za jejich rostoucí spotřebou stála jejich relativně nízká cena.<sup>51</sup>

Oblíbené byly ovocné mošty, které nevyžadovaly před požíváním žádné úpravy. Mošty se dělily na přírodní ovocné šťávy a ovocné mošty. První zmíněné nebyly nijak upravovány, např. ředěny vodou či přislazovány, např. jablečná či hroznová šťáva, ty druhé ano. Většinou se přidávalo malé množství cukru (2,1–11,2 %) a vody, aby se nápoj zbavil přirozené kyselosti a hustoty.<sup>52</sup> Mošty se vyráběly v devíti tržních druzích – borůvkové, ostružinové, rybízové, třešňové, viš-

<sup>49</sup> KAMENICKÝ, Karel. Ovoce a nápoje ve žních a na rekreaci. In *Výživa lidu*, ročník VI, č. 7-8, 1951, s. 170; BUCHTA, Viktor. Ovoce a ovocné nápoje v boji proti alkoholismu. In *Výživa lidu*, ročník VI, č. 12, 1951, s. 278.

<sup>50</sup> ŠMRHA, Oldřich – HRUBÁ, Marie. Vývoj spotřeby potravin od roku 1945 a jeho další perspektivy. In *Průmysl potravin*, roč. XI, č. 7, 1960, s. 360; GABROVSKÁ, Dana – CHÝLKOVÁ, Markéta. *Fakta o správné a vyvážené stravě aneb čím nám vyvážená strava může prospět*. Praha, 2017, s. 45.

<sup>51</sup> SCHIFFAUEROVÁ, Marie. Nové nápoje v moderní výživě. In *Výživa lidu*, ročník VII, č. 6, 1952, s. 85.

<sup>52</sup> BERINGER, Miloš. Poznejme blíže ovocné nápoje. In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 4, 1959, s. 51.

ňové, pomerančové, grapefruitové, citrónové a citrusové. Rovněž i zde rozšíření dalších druhů bránil nedostatek čerstvých surovin. Přírodní šťávy i mošty byly nutričně hodnotnější než sirupy, neboť obsahovaly vyšší podíl ovoce získaný lisováním rozdrcených plodů. Za relativně vysokou cenou moštů stála cena čerstvého ovoce, výtěžnost šťávy a nákladná technologie.<sup>53</sup>

Díky četným reklamám spotřeba ovocných nápojů v Československu v 50. letech stoupala. Odborníci to kvitovali s radostí a byli ochotni v mnoha ohledech přimhouřit oko, protože věřili, že tím současně klesá spotřeba alkoholických nápojů. Nejrozšířenějším z nápojů byl ovocný sirup, který se vyráběl ve dvanácti tržních druzích – borůvkový, citronový, hybridový, jablečný, jahodový, malinový, ostružinový, pomerančový, rybízový z červeného rybízu, šípkový, třešňový a višňový, a připravovaly se i další, ale jejich nástup brzdil nedostatek surovin.<sup>54</sup>

Ačkoliv odborníci očekávali od tzv. tekutého ovoce zvýšenou spotřebu, spotřebitelé si je neoblíbili v požadované výši. Z propagovaných nápojů byly bezpochyby nejoblíbenější mošty, zatímco sirupy se zvýšeným množstvím cukrů představovaly méně vhodnou variantu ovocného nápoje.<sup>55</sup>

## Závěr

Sledovali jsme spotřebu alkoholických a nealkoholických nápojů v 50. letech 20. století. Zatímco spotřeba mléka klesala, spotřeba piva udržovala růst. Ve spotřebě alkoholu jednoznačně dominovalo tradiční pivo, které vykazovalo navzdory stížnostem odborníků růst. Víno bylo obecně konzumováno velmi málo, nemělo u nás tradici a úlohu při tom sehrála zřejmě i jeho vyšší cena. Ostatní alkoholické nápoje s výjimkou lihovin rovněž rostly, nikoliv však tolik jako zmíněné pivo, propagované mošty, šťávy a minerálky se vhodnou alternativou nestaly. Konzumace kávy a čaje mírně rostla, přičemž ve sledované době nepřekonal předválečnou spotřebu. Obecně můžeme prohlásit, že zde přetrvávaly rozdíly mezi českou a slovenskou částí socialistické republiky, kde na západě převažovala spotřeba piva a na východě vína a lihovin.

Největší pozornost věnovaly časopisy *Výživa lidu* a *Průmysl potravin* mléku a mléčným výrobkům, tedy nápojům, jejichž spotřebu usiloval komunistický režim zvýšit. Dále pak nápojům, které byly naopak nezdravé a jejichž spotřebu usiloval režim snížit. Podobně jako dnes tu existoval rozpor mezi doporučeními odborníků a tehdejší praxí, což potvrzuje množství populárních i odborných článků navrhujiících změnu konzumačních návyků v nápojích. V tomto ohledu byly názory odborníků konzistentní, takže na stránkách časopisů nedocházelo k výměně názorů či konfrontaci různých hledisek, ale jednoznačné shodě např. o vhodnosti mléka a nevhodnosti slazených nápojů, piva či lihovin.

<sup>53</sup> Tamtéž.

<sup>54</sup> Tamtéž, s. 50; MAŠEK, František. Poznámky k technologii ovocných koncentrátů. In *Průmysl potravin*, roč. XI, č. 8, 1960, s. 418.

<sup>55</sup> FRANC, Řasy, nebo knedlíky?, s. 64.

## **Seznam použitých pramenů a literatury:**

### **Monografie a sborníky jako celek:**

- FRANC, Martin. *Řasy, nebo knedlíky? Postoje odborníků na výživu k inovacím a tradicím v české stravě v 50. a 60. letech 20. století.* Praha, 2003.
- GABROVSKÁ, Dana – CHÝLKOVÁ, Markéta. *Fakta o správné a vyvážené stravě aneb čím nám vyvážená strava může prospět.* Praha, 2017.
- HAINER, Vojtěch a kol. *Základy klinické obezitologie.* Praha, 2011.
- JIRÁNEK, Tomáš – LENDEROVÁ, Milena – MACKOVÁ, Marie. *Z dějin české každodennosti. Život v 19. století.* Praha, 2009.
- LÜLLMANN, Heinz a kol. *Barevný atlas farmakologie.* Praha, 2020.
- TLÁSKAL Petr a kol. *Výživa a potraviny pro zdraví.* Praha, 2016.

### **Studie a články v časopisech a sbornících, kapitoly v kolektivních monografiích:**

- BERINGER, Miloš. *Poznejme blíže ovocné nápoje.* In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 4, 1959.
- BUCHTA, Viktor. *Ovoce a ovocné nápoje v boji proti alkoholismu.* In *Výživa lidu*, roč. VI, č. 12, 1951.
- DĚDEK, Miroslav. *Přehled činnosti Výzkumného ústavu mlékárenského za rok 1959.* In *Průmysl potravin*, roč. I, č. 6, 1960.
- HEJDA, Stanislav. *Význam mléka ve výživě.* In *Výživa lidu*, roč. XIII, č. 9, 1958.
- KADLEC, Karel. *Spotřeba mléka na vesnici a u mládeže.* In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 7, 1959.
- KAMENICKÝ, Karel. *Ovoce a nápoje ve žních a na rekreaci.* In *Výživa lidu*, ročník VI, č. 7-8, 1951.
- KLIMENTOVÁ, Maryna. *Jak používat mléka a smetany v kuchyni.* In *Výživa v rodině. Stálá příloha časopisu Výživa lidu*, roč. I, č. 9, 1957.
- KUŠIAK, Ján – ŠTIKOVÁ, Olga. *Ceny potravin a racionální výživa.* In *Výživa lidu*, roč. XLIII, č. 1, 1988.
- LAVICKÝ, Karel. *Více mléka, ale jak?* In *Výživa lidu*, roč. XV, č. 8, 1960.
- MAŠEK, Jaroslav. *Možnosti průtokového kysání smetany.* In *Průmysl potravin*, roč. X, č. 2, 1959.
- MAŠEK, František. *Poznámky k technologii ovocných koncentrátů.* In *Průmysl potravin*, roč. XI, č. 8, 1960.
- NÁDVORNÍK, František. *Zdravotní požadavky na mléko používané k výrobě dětské výživy.* In *Výživa lidu*, roč. VIII, č. 10, 1953.
- OŠANCOVÁ, K. *Zdravotní a nutriční význam mléka.* In *Výživa lidu*, roč. XI, č. 5, 1956.
- PÍSECKÝ, Jan – ČERNÁ, Marie – HEJL, Jiří. *Metoda ke stanovení rozpouštěcí schopnosti sušených mlék.* In *Průmysl potravin*, roč. X, č. 2, 1959.
- SCHIFFAUEROVÁ, Marie. *Nové nápoje v moderní výživě.* In *Výživa lidu*, ročník VII, č. 6, 1952.
- STIES, Bohumil. *Zakysané mléčné nápoje.* In *Výživa lidu*, roč. XII, č. 2, 1957.
- ŠÁRKA, Josef. *Rozbor spotřeby alkoholických nápojů, prostředek k řízení boje proti alkoholismu I.* In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 8, 1959.
- ŠÁRKA, Josef. *Rozbor spotřeby alkoholických nápojů, prostředek k řízení boje proti alkoholismu II.* In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 9, 1959.
- ŠÁRKA, Josef. *Rozbor spotřeby mléka a ostatních nealkoholických nápojů.* In *Výživa lidu*, roč. XV, č. 2, 1960.
- ŠMOKOVÁ, Božena. *Mléko v letních měsících.* In *Výživa lidu*, roč. VII, č. 6, 1952.

- ŠMRHA, Oldřich – HRUBÁ, Marie. Vývoj spotřeby potravin od roku 1945 a jeho další perspektivy. In *Průmysl potravin*, roč. XI, č. 7, 1960.
- STIES, Bohumil. Další rozšíření spotřeby mléka. In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 10, 1959.
- ŠULC, Josef. Dnešní stav techniky při výrobě sterilovaného mléka. In *Průmysl potravin*, roč. XI, č. 6, 1960.
- ŠULC, Josef. Zkvašená a zakysaná mléka ve výživě. In *Výživa lidu*, roč. X, č. 7-8, 1955.
- ŠULC, Josef. Mezinárodní mléčný den ve znamení cílevědomého zvyšování spotřeby mléka. In *Výživa lidu*, roč. XIV, č. 7, 1959.
- VÁŠA, Josef. Několik poznatků o výživné hodnotě mléka. In *Výživa lidu*, roč. IX, č. 10, 1954.
- VŠETEČKA, Albert. Jakost kávy. In *Výživa lidu*, roč. XI, č. 7-8, 1956.
- VACEK, Jaroslav. Spotřeba mléka v rámci spotřeby potravin a její zabezpečení. In *Průmysl potravin*, roč. X, č. 11, 1959.

### **Internetové zdroje:**

- HRBEK, Jiří. Spotřeba potravin. Český statistický úřad, Praha, 2015, s. 14. Dostupné online [27. 12. 2021]. [https://www.czso.cz/documents/10180/36628758/csu\\_tk\\_potraviny\\_prezentace.pdf/a652619e-0e7c-401e-bff0-fafdec562639?version=1.0](https://www.czso.cz/documents/10180/36628758/csu_tk_potraviny_prezentace.pdf/a652619e-0e7c-401e-bff0-fafdec562639?version=1.0).
- WITZ, Miloslav. Spotřeba potravin 1948 až 2017 v grafech. Český statistický úřad, Krajská správa ČSÚ v Jihlavě. Dostupné online [14. 12. 2021]. <https://www.czso.cz/csu/xj/spotreba-potravin-1948-az-2017-v-grafech>.

\*Studie vznikla za přispění grantového projektu GA ČR 20-17501S Dějiny výživy a stravování v českých zemích 1945–1970.

Počet slov: 6 436

Počet znaků (vrátane medzier): 43 703