

Προϊόν	Θερμιδική αξία
3. Γάλα	23
4. Τυρός φέτα	23
5. Βούτυρον	24
6. Έλαιον	60
7. Αύγα	20
8. Ίχθεις	8
9. Όσπρια	40
10. Λαχανικά	13
11. Φρούτα	13
12. Άρτος	67
13. Έλαιαι	25

»Επί τη βάσει του ανωτέρω πίνακος αποδεικνύεται ότι η Κορινθιακή σταφίς είναι η εθηνότερα τροφή.

### Συστατικά της Κορινθιακής σταφίδος

»Κατά τον καθηγητήν της Α.Γ.Σ.Α. κ. Ν. Ρουσόπουλον η εκατοστιαία σύνθεσις της σταφίδος έχει ούτω :

Σάκχαρον	62-68 %
Ξηραί ουσίαι	2
Λιπαράι ουσίαι	0,61
Όρυκταί ουσίαι	1,70
Κυτταρίναι	1,50
Ταννίνη	0,15
Υδωρ	20-30

»Κατά τον Γερμανόν Κράους η Κορινθιακή σταφίς περιέχει τα κάτωθι κατά μέσον όρον συστατικά :

Σάκχαρον	65-74 %
Λεύκωμα	2,05
Λίπος	0,61
Έλευθερα (Μηλικά) όξεα	1,53
Άνόργανοι ουσίαι	1,64
Κυτταρίνη	1,75
Υδωρ	20,12

»Εκτός των ανωτέρω η σταφίς περιέχει και βιταμίνες. Ίδου μία πλήρης μέση σύνθεσις γενικώς των σταφιδών :

1. Υδωρ	24 %
2. Λεύκωμα	2,3 %
3. Λίπη	0,5 %
4. Σάκχαρα	71,2 %
5. Άσβέστιον	0,078 %
6. Φώσφορος	0,129 %
7. Σίδηρος	0,0033 %

8. Βιταμίνη Α	50 Διεθνείς μονάδες
9. Βιταμίνη Β	0,00015 %
10. Βιταμίνη Β <sup>2</sup>	0,00008 %
11. Νιασίνη	0,0005 %
12. Άσκορβικόν όξύ	Ίχνη

»Εκ της τελευταίας ταύτης αναλύσεως προκύπτει ότι η σταφίς είναι μία πλήρης τροφή, τό δε έν αυτή περιεχόμενον σάκχαρον, ώς άπλόν, άφομοιοῦται άμέσως υπό του όργανισμοῦ μη ύποκείμενον εις διάσπασιν ώς απαιτείται διά τά σύνθετα σάκχαρα.

»Η σταφίς είναι ύγιεινότερα τών μπανών και τών μήλων ώς περιέχουσα περισσότερον σίδηρον, φώσφορον και μαγνήσιον.

»Ο Dr SIR FRANCIS LAG. έλεγε : «Δώσατε στα παιδιά σας από μία φέτα σταφιδώμορον κάθε πρωί διότι όχι μόνον αναπτύσσει τό πνευμα των, αλλά και τό σωμα των καθίσταται εύρωστον, ύγιες και θερμόν.

»Διά πάντα ταῦτα εισηγοῦμεθα εις τήν Ύμετέραν Έξοχώτητα όπως από του μηνός Νοεμβρίου έως και του Μαρτίου εις έκαστον εκ τών τετρακοσίων χιλιάδων συσσιτιζομένων μαθητῶν χορηγηται σταφίς 100 γραμμαρίων.

»Διά του τρόπου τούτου χορηγείται τό  $\frac{1}{10}$  του συνόλου τών απαιτούμενων θερμιδών ήμερησίως εις τούς μαθητάς μέ όλα τά απαραίτητα συστατικά διά τήν πνευματικήν και σωματικήν ανάπτυξιν τούτων.

»Η απαιτηθησομένη ποσότης σταφιδοκάβρου διά τόν σκοπόν αυτόν θα άνέλθη εις 5.200 τόννοισ ή δε δαπάνη εις 31.200.000 δραχμάς (400.000 μαθηταί X 100 γραμμάρια ήμερησίως X 26 ήμέρας τόν μήνα X 5 μήνας = 5.200 τόννοι X 4.500 τόν τόννον = 23.400.000) συν 7.800.000 έξοδα συσκευασίας άποστειρώσεως, μεταφοράς εις σταθμόν φορτώσεως κ.λ.π. άνερχόμενα εις 1.500 δραχμάς κατά τόννον (5.200 τόννοι X 1.500 = 7.800.000) ήτοι σύνολον δραχμάς 31.200.000.

»Η οικονομική όφέλεια ή προκύπτουσα εις τόν Κρατικόν Προϋπολογισμόν εκ της έφορμογής του μέτρου τούτου θα άνέλθη εις τό ύψος τών 13.884.000 δραχμών ανυλομένη ώς κάτωθι :

α) 3.120.000 δραχμαί εκ της διαφοράς τών τιμών διαθέσεως εις τά μαθητικά συστήτια (4,5 δραχμάς ανά κιλόν) και εις τήν βιομηχανίαν 3,9 δραχμάς ανά κιλόν) άνερχομένης εις 60 λεπτά ανά κιλόν ήτοι 5.200.000 X 0,6 = 3.120.000, και  
β) 10.764.000 εκ της κατά 2,07 δραχμάς