

Русская культура питания в первой половине XVIII века

А.В. Шипилов

Традиционная русская культура питания, относящаяся к основной части населения, в главных своих чертах сложившаяся еще в домонгольский период и не претерпевшая качественных изменений вплоть до конца XIX — начала XX вв., основывалась на потреблении, в первую очередь, кислого ржаного хлеба, важнейшей «приправой» к которому служила, естественно, соль. Выражение «хлеб да соль» в фольклоре и бытовом словоупотреблении, семиотически обозначало пищу как таковую. Недаром поднесение и отведывание этих продуктов стали важнейшим ритуалом гостеприимства.

Рассматриваемый ниже период (первая половина XVIII в.) вполне документирован в интересующем нас отношении, кроме того, на культуру массового питания в эту эпоху еще не влияли такие факторы, как распространение новых интродуцентов (картофель, подсолнечник и т. д.), сокращение фонда пахотных земель (что вело к распахке лугов и пастбищ, уменьшению в комплексе крестьянском хозяйстве доли животноводства и, соответственно, урезанию мясного рациона), скачкообразное увеличение темпов демографического роста и т. д.

В достаточно авторитетных изданиях утверждается, что «взрослый человек должен ежедневно потреблять 250—300 г хлеба. При повышенной физической нагрузке потребность организма в хлебе увеличивается до 400—450 г в сутки»¹, однако «среднее количество хлеба для взрослого человека не должно превышать 350—400 г в сутки»². Годовая норма употребления печеного хлеба, таким образом, колеблется от 91 до 164 кг в год, а среднюю норму можно определить, соответственно, в 128 кг хлеба в год, или 350 г в день.

Какое потребление было нормальным для русских крестьян и рабочих в Новое время? В качестве нормативной для изучаемого периода фигурирует часто встречающаяся в литературе цифра в 3 четверти в год (в зерне)³. Четверть — это 209 литров; натура зерна, то есть масса одного литра зерна, выраженная в граммах, колеблется в довольно широких пределах в зависимости от сорта и района произрастания; для ржи этот диапазон составляет в среднем 670—735 грамм. Выход муки из зерна в процессе размола для второй половины XVII в. определяется в 78%⁴. Беря средний коэффициент натуре 0,7 и выхода 0,8, получаем цифру в 351 кг муки в год. Однако масса муки — это еще не масса хлеба: в ходе процесса хлебопечения к муке добавляется еще некоторое количество воды, и разница между весом муки и весом хлеба образует так называемый припек. В датированной 1624 г. «Памяти приставам, назначенным в Москве для смотрения за печением и продажей хлеба», говорилось: «Купят четь муки по 30 алт. по 2 деньги и выпечи из тоя чети 40 колачей алтынных да колач двуденежной, весу в алтынном пол 7 гривенки с полутретью и полполполтрети, в двуденежном 2 гривенки с полутретью... Купят четь муки по 20 алт. 4 деньги и выпечи из тоя чети 30 хлебов алтынных, да хлеб грошовой, весу... в грошовом 6 гривенок и полполполт-

Шипилов Андрей Васильевич — кандидат культурологических наук, доцент Воронежского государственного аграрного университета.

рети, в алтынном пол 10 гривенки без полпол-чети»⁵. Расчет показывает, что при тогдашней четверти в 5 пуд. муки (гривенка равняется фунту) нормой припека для калачей было 35%, для хлебов — 45%. В 1725 г. был издан специальный указ о торговле съестными припасами и установлении «таксы» — цены на хлеб полицмейстерскими канцеляриями городов России, по которому припек определялся следующим образом: для ржаного хлеба на пуд муки — 20 фунтов, или 50%; для пшеничной сайки — 8 фунтов, или 20%; для калачей весовых — 13 фунтов, или 32,5%; кренделей (баранок) — 4 фунта, или 10%⁶. Эти соотношения в дальнейшем неоднократно подтверждались. Так, в 1767 г. в Новой Ладобе полицейским предписанием устанавливалось, что из пуда ржаной муки следует выпекать 1 пуд 20 фунтов хлеба, а из пуда сеяной пшеничной муки — 1 пуд 8 фунтов саяк или 1 пуд 4 фунта кренделей⁷. Наконец, неизвестная Елена Молоховец в своем «Подарке молодым хозяйкам» (28-е издание, 1914 г.), в разделе «Кушанья для служителей» пишет: «Хлеба выдается женщине на неделю 12 фунтов, следовательно, 9 фунтов муки, а мужчине — 16 фунтов хлеба, т. е. 12 фунтов муки»⁸; таким образом, норма припека определена в 33%. Очевидно, что припек изменялся в зависимости и от сорта хлеба, и от стандартов той или иной эпохи. Остановимся на фигурирующей в указе 1725 г. норме припека ржаного хлеба в 50%. Таким образом, получается, что из трех четвертей ржи, при натуре 0,7, выходе 0,8 и припеке 0,5, можно изготовить 526 кг печеного хлеба (таким образом, соотношение хлеба в зерне и печеного выражается коэффициентом 1,2; соотношение муки и печеного хлеба — коэффициентом 1,5), так что суточное потребление будет равняться 1,44 килограмма.

Проверим эту расчетную цифру фактическими данными. Волжский бурлак XVII в. потреблял в год 36 пуд. печеного хлеба: суточное потребление равняется здесь 1616 г хлеба. На Олонецких заводах в первой четверти XVIII века работники, чей годовой заработок не превышал 12 руб. в год (закомплектные солдаты, ученики), получали по 3 четверти ржи в год, то есть те же 1,44 кг печеного хлеба в день. На уральских заводах в эти же годы мастерам выдавали по 2 пуда муки в месяц, что в печеном хлебе дает 1,64 кг в день. В период строительства Петербурга отбывающим строительную повинность крестьянам выдавали по полосьминам муки (осьмина — это 1/2 четверти) в месяц; переведенные из других городов семейные мастера Канцелярии от строений получали в месяц полторы осьмины муки, холостым выдавали по 3 четверти хлеба в год, дети мастеровых с 1714 г. получали хлебное жалование в размере 1,5 четверти в год. Адмиралтейские мастера 3-го класса и ученики получали в год 3 четверти муки, столько же получали мастера Арсенала; солдаты и наемные мастера получали по полосьмине (два четверика) муки в месяц. Александро-Невский монастырь выдавал наемным работникам по 2 четверика ржаной муки в месяц. Объемный вес (натура) муки по отношению к объемному весу зерна приблизительно выражается коэффициентом 0,8, соответственно при натуре ржи 0,7 натура ржаной муки будет равна 0,57; четверик равен 26,2 л., так что два четверика ржаной муки весят около 30 килограмм. При 50% припеке из этого количества муки можно выпечь 45 кг хлеба, соответственно, дневной хлебный рацион рабочего был равен 1,5 кг. 25 штатных рабочих подмосковной парусной мануфактуры А.Д. Меншикова получали, помимо денежного жалования, 116 четвертей ржаной и 1 четверть пшеничной муки в год⁹; принимаемая четверть муки за 120 кг, получаем дневной рацион в 2,3 кг печеного хлеба.

Эти цифры выглядят довольно большими и несколько превышают расчетную норму в 1,44 кг, но их можно проверить. Рассчитать среднюю норму дневного потребления хлеба можно, проанализировав данные по месячине, выдававшейся помещиками первой четверти XVIII в. своим дворовым людям. Такие данные имеются по поместьям: офицера В.М. Кондырева, конфискованному у него в 1706 г., стольника А.В. Биркина (конфисковано в 1706 г.), по 4-м поместьям сенатора В.А. Апухтина (конфискованы в 1715 г.), по поместьям князя Г.И. Волконского (конфискованы в 1715 г.), майора И.П. Лопухина (конфисковано в 1718 г.), адмиралтейского советника А.В. Кикина (конфисковано в 1718 г.), и князя М.П. Гагарина (конфисковано в 1721 г.). У Кондырева было «в помещикове дворе дворовых людей мужеска и женска полу 28 человек, живут на месечине, а месечины даецца им ржи по 4 чети»; принимая мужской рацион равным женскому (детский рацион, в тех случаях, когда речь будет идти о том или ином количестве детей, примем за половину от взрослого), четверть ржи за 9 пуд. (147 кг при натуре ржи 0,7), выход за 0,8, четверть ржаной муки за 7,3 пуд. (120 кг), припек за 50%, получаем, что на день в печеном хлебе у дворовых Кондырева выходило по 0,84 кг. У А.В. Биркина было «деловых людей мужеска и женска полу 52 чел.; а на месеч им даецца по 11-ти чети»; здесь печеного хлеба выходит по 1,24 кг. У В.А. Апухтина в сельце Лушпомры «скотнику Игнатью з женою

и детьми 5-ти чел. довелось дать по одной четверти бес полу осмины, скотнице Прасковье з детьми четверем человеком ржи по осмине ж на месяц, да скотнице вдове Марье з детьми 4-м чел. по одной четверти бес полу осмины на месяц, конюху Ивану Мамину з детьми 6 чел. по одной четверти с четвериком на месяц». Здесь у Игнатия вышло по 0,98 кг печеного хлеба в день (взрослый рацион), у Прасковьи — тоже 0,98 кг, у Марьи — 1,47 кг, у Ивана Мамина — 2,21 кг в день. В другом поместье Апухтина, с. Спаском с деревнями, «дворовым де и деловым людем... выдаюца им на месяц по 28 чत्व. по полтретья четверика ржи и по 339 чत्व.», людей этих было 169 мужчин и 164 женщины, в том числе 137 детей, так что взрослых рационов выходит 265; в переводе на печеный хлеб рацион этот равнялся $0,62 + 0,94 = 1,56$ кг. В третьем поместье Апухтина, д. Сосновке, 3-м семьям деловых людей выдавали: «скотнице вдове Нениле Александровской жене с сыном да с сиротами с крестьянскими детьми, 4 чел. по полуосмине, да 6-ти чел. по полу ж осмине, да 4-м чел. по четверику на месяц, всего 14-ти чел. на месяц по 3 чत्व.»; взрослый рацион равен здесь 1,36 кг. В четвертом поместье Апухтина, в сельцах Паюсове, Распопове и Оболдуеве «дворовых и деловых и старинных крепосных людей... мужеска и женска полу 122 чел., вышписанным людем выдастца месечины на месяц ржи по 22 чети с осминою»; здесь на день выходит по 1,08 кг печеного хлеба, но в документе оговорено, что в данное число душ включены и дети, и если количество их мы возьмем за 1/2 от общего, то получим взрослый рацион в 1,45 кг. У Г.И. Волконского в с. Яшкине приказчик Л.И. Дьяков и деловые люди получали месячину в следующем размере: «ему, Лаврентью, з женою на месяц муки ржаной 6 ч-ков, Ивану Белкову з женою 6 ч-ков, Федору Белкову, Филипу Кирилову, Осипу Федорову, Мартыну Матвееву, Ивану Чернову з женами по осмине; да вдовам: вдове Афимье, вдове Марье з дочери по 3 ч-ка»; соответственно, у двух семейных пар один рацион равнялся 2,21 кг, у пяти пар — 1,47 кг, у вдов с дочерьми (предположим, что у каждой вдовы было по одной дочери) — по 1,10 кг. У И.П. Лопухина в д. Турьи «по скаске старосты... дворовым людем месячины даецца мужу з женою по осмине на месяц», соответственно, в день выходило по 1,47 кг. У А.В. Кикина в его вотчинах в Шелонской пятине Новгородского уезда норма выдачи была такой: «по письму ево ж, Кикина, вышписанным крестьянам и дворовым людем ведено давать хлебная месячина мужу з женою на месяц ржи по 2 ч-ка, ячменю тож число»: здесь рацион равняется 1,26 кг (натура ячменя колеблется в пределах 440—570 г, средний показатель, соответственно, 0,5). У М.П. Гагарина в с. Большой Клин содержалось «в богодельни ... 4 чел. м.п., а давано им было на пропитания ис помещикова хлеба муки аржаной по полуосьмине, ярового по полу ж осьмине человеку на месяц»: дневной рацион богадельца равняется здесь 0,74 кг. Еще в том селе имелся помещичий двор, а близ села была мельница; соответственно, месячина работникам давалась следующая: «... да приказику ж, который живет в Туле у збору помольных денег, Ефиму Брумберху, по четверти оржаной муки на месец... Дворовым людем: Конону Бакову по осьмине на месец... Кирилу Григорьеву муки по полу осьмине на месец... Козьме Крылову да сестре девке Аксиини, деду ево, Василью, муки по полуосьмине человек на месец... Максиму Молявки з женою по асьмине на месец... Семену Никитину муки по асьмине на месец»¹⁰. Приказчик был женат («при той мельнице приказья, лифляндской нации иноземец Ефим Матвеев сын Брумбер, у него жена Наталья Данилова дочь»), соответственно, один дневной рацион в его семье равнялся 3 кг хлеба, и столько же выходило у К. Бакова; у К. Григорьева, С. Никитина, в семьях К. Крылова и М. Молявки дневной рацион равнялся 1,5 кг.

Итак, размеры хлебного рациона в силу различных причин варьировали в весьма широких пределах: 0,74, 0,84, 0,98, 1,10, 1,24, 1,26, 1,36, 1,45, 1,47, 1,50, 1,56, 2,21, 3,00 килограмма. Крайние значения — рацион богадельца и рацион приказчика, можно отбросить как непоказательные; среднее арифметическое оставшегося ряда цифр равняется 1,36 кг (3,3 фунта). Соответственно, годовой хлебный рацион равнялся 496,4 кг печеного хлеба, что соответствует 331 кг муки (2,8 четверти) и/или 397 кг зерна (2,7 четверти); цифра, несколько уступающая, но все же очень близкая к расчетной.

Во второй половине XVIII в. нормы потребления хлеба особой тенденции к снижению не обнаруживали. По словам известного историка XVIII в. И.Н. Болтина, «русские вообще едят больше хлеба, чем мяса... рабочий человек съедает присестом со шами до двух фунтов черного хлеба»¹¹; если таких «присестов» в день было не менее двух, то получается 4-фунтовый суточный рацион. Впрочем, есть и более серьезные данные: в 1775 г. начальник Олонецких заводов обер-бергмейстер Ярцев, подавая доклад в Сенат о необходимости увеличения жалования рабочим, привел примерный минимум провианта на год для холостого рабочего, который, среди прочего, включал 21,6 пуд. ржаной муки¹², что соответствует 1,45 кг печеного хлеба в день. У

экономистов 2-й половины XVIII в. фигурировали цифры годового потребления в 19,2 и даже 15 пуд. в год¹³, но это в зерне; в печеном хлебе соответствующие цифры равняются, соответственно, 1,03 и 0,81 кг (два — два с половиной фунта; правда, трудно сказать, как рассчитывались эти цифры).

Даже в начале XX века хлебные рационы оставались достаточно внушительными. Фактическое годовое потребление у русских рабочих в 1908 — 1911 гг. равнялось 12,3 пуда муки¹⁴; дневной рацион при этом равен 0,83 кг. У Елены Молоховец фигурирует рацион прислуги в 16 фунтов печеного хлеба в неделю для мужчины (0,94 кг в день) и 12 фунтов для женщины (0,7 кг в день). Таким образом, нормой дневного потребления хлеба продолжали оставаться 2 — 2,5 фунта в день, и это при том, что рацион начала XX в. по сравнению с началом XVIII в. даже у малообеспеченных социальных групп стал гораздо более разнообразным.

Люди отдаленного и даже совсем недавнего, по историческим меркам, прошлого, вовсе не были какими-то богатырями. Однако условия труда и быта были таковы, что этим довольно невзрачным, по сегодняшним меркам, людям приходилось тратить огромное количество энергии. В условиях относительно скромного ассортимента продуктов и блюд, оказывавшихся на столе мало- и среднеобеспеченных людей, значительную, а иногда и подавляющую часть калорий организм получал именно за счет ржаного хлеба (из-за низкого качества помола его энергетическая ценность вряд ли превышала 200 ккал, но и с учетом этого стандартный рацион в 1,44 кг давал 2880 ккал), и только в питании более обеспеченных слоев населения снижением удельного веса хлеба коррелировало с повышением доли других, прежде всего содержащих животный белок, продуктов.

Вот несколько примеров: волжский бурлак XVII в. в год потреблял 36 пуд. печеного хлеба, 6 пуд. мяса, 6 пуд. рыбы, 6 пуд. гречневой крупы (пшеница, гороха), 15,6 фунта толокна, 12 фунтов растительного и столько же — коровьего масла, 3,2 ведра молока, 2,5 пуда капусты, 15,6 фунтов лука¹⁵. Соответственно, в день в среднем получается 1616 г хлеба, 269 г мяса (говядины II категории), 269 г рыбы (леща), 269 г крупы (то есть 1036 г каши различной), 17,5 г толокна, 13,4 г растительного масла, столько же коровьего, 108 г молока, 112 г капусты и 17,5 г лука в день (суммарная энергетическая ценность около 5300 ккал). Почтмейстеры в полевых частях первой четверти XVIII в. получали на день порцион в 2 фунта хлеба, 1 фунт мяса, 2 чарки вина и 1 гарнец (3,28 л.) пива, да еще на месяц 2 фунта соли и 1,5 гарнца крупы; на день выходит 820 г хлеба, 410 г мяса, 126 г крупы (485 г каши), 27 г соли, 240 мл водки и 3,28 л пива¹⁷ (энергетическая ценность свыше 4700 ккал)¹⁶. Минимум питания холостого рабочего по отчету Ярцева составлял 21,6 пуда ржаной муки, 1,5 пуда ячной крупы, 13,5 пуда мяса и рыбы (в посты), полпуда соли в год. Соответственно, условный дневной рацион, учитывая, что около 200 дней в году были постными, составляет в этом случае 1450 г печеного хлеба, 67 г крупы (258 г каши), 202 г мяса и 404 г рыбы (энергетическая ценность около 3900 калорий). Наконец, по Адмиралтейскому регламенту, больной в лазарете получал на день полтора фунта хлеба, 3/4 фунта мяса, 1/2 фунта овсяной или ячневой крупы, 1/14 фунта масла, 5 золотников соли, кружку пива и чарку водки¹⁷; в переводе на современные меры — 615 г хлеба, 205 г крупы (789 г каши), 307,5 г мяса, 29 г масла, 21,3 г соли и выпивал 1,2 литра пива и 120 мл водки (энергетическая ценность — 3500 ккал).

Таким образом, если вообще много, а хлеба — в особенности. Если норму энергопотребления определить в 4000 ккал, то только за счет обычного, суточного рациона в 1,4—1,5 кг ржаного хлеба крестьянин или рабочий первой половины XVIII в. покрывал 70—75% энергозатрат. Конечно, такую структуру потребления трудно назвать рациональной (считается, что оптимальное соотношение белков, жиров и углеводов должно составлять 1:1:4, при этом количество белков в составе сбалансированного рациона равняется 12% суточной энергоценности, жиров — 33%, углеводов — 55%¹⁸, в крестьянском же рационе углеводов было явно выше нормы).

Суточная потребность взрослого человека в соли (хлориде натрия) определяется в современной литературе в 10—15 г: 6—10 г содержится в продуктах питания, 3—5 г добавляется при приготовлении пищи и по вкусу во время еды¹⁹. Таким образом, годовая норма потребления соли сегодня равняется 3,7—5,5 килограммов. Правда, в литературе последних лет, особенно популярной, все больше говорится о якобы существующей необходимости снизить норму суточного потребления соли до 8 и даже до 5 г²⁰; тогда годовая норма потребления будет равна 1825—2920 г. Соответственно, среднюю норму суточного потребления соли можно определить в 10 г, годового — в 3,7 кг.

Однако для рассматриваемого периода эти цифры были значительно больше. Военным почталыонам петровской эпохи выдавалось по 2 фунта соли в месяц (27,3 г

в день), холостому рабочему по минимальной норме требовалось выдавать 8,19 кг соли в год (22,4 г в день), а по Адмиралтейскому регламенту даже больной в лазарете должен был получать 5 золотников (21,3 г) соли в день (7,8 кг в год). Сколько же соли потребляли здоровые?

Рядовым стрельцам в 60-е годы XVII в. выдавалось по 2 пуда соли в год²¹. Уральским рабочим в 1699 г. выдавали по пуду соли на год; в начале XVIII в. соляной «порцион» семейного солдата составлял 24 фунта (9,8 кг) в год; у помещика В.А. Апухтина в 1715 г. «скотнице вдове Нениле Александровской жене с сыном да с сиротами с крестьянскими детьми, 4 чел-м» на год выдавалось 3,75 пуда соли, то есть по 10,2 кг на человека²², работники Александро-Невского монастыря получали в 20-е годы XVIII в. по 2 фунта соли на месяц. Таким образом, норма потребления — точнее, натурального довольствия — в первой половине XVIII в. колебалась в среднем от полупуда до пуда в год, то есть 22,5—44,9 г в день.

По сравнению с современными нормами, это, конечно, много — в 2—4,5 раза больше; однако в рассматриваемый период нормы были иными, причем не только в России, но и в Европе. Так, Ф. Бродель для Европы XVIII в. дает норму в 20 г соли в день, то есть 7,3 кг в год. Данные по потреблению соли в европейских странах (Бельгии, Австрии, Италии, Франции, Англии) на середину XIX в. более разнообразны — 13, 15, 16, 18, 19,5, 22 фунта²³; максимальные значения этого ряда (9 кг соли в год, 24,7 г в день) еще не отличаются от приведенных выше, а минимальные (5,3 кг соли в год, 14,6 г в день) уже почти не отличаются от современных. Зато в России мало что менялось: в 1850 г. А. Брут писал: «известно, что на каждого человека порознь полагается в год... 20 фунтов соли»²⁴. Практически так же обстояло дело еще и полувек спустя: солдатский паек конца XIX в., рассчитанный собственно на одного человека, равнялся 7,4 кг (18 фунтов) соли в год (20,2 г в день), а у крестьян норма потребления соли была еще выше — 11,7 кг (28,5 фунтов) в год (32 г в день). Есть данные о том, что в последние годы XIX века в России на душу населения приходилось почти по пуду соли в год, а в 1907 — 1911 гг. потребление соли на душу населения колебалось от 29,7 фунтов до 35,2 фунтов. Правда, в эти нормативы, по всей видимости, заложено и техническое потребление соли. Но вот что утверждает Елена Молоховец: для 4-х «служителей» — т. е., прислуги, «соли выйдет полтора фунта в неделю», то есть те же самые 22 г в день или 8 кг в год, а «на господский стол» соли «идет по 2 фунта в неделю» на 6 чел., то есть 19,5 г в день или 7,1 кг в год²⁵.

Взятые сами по себе, все эти цифры мало что дают для понимания проблемы. Чтобы понять, почему потребление соли в рассматриваемый период было столь велико (а заодно и проверить, действительно ли это так), следует еще раз обратиться к структуре питания рассматриваемой эпохи, когда в пищу употреблялось большое количество хлеба и каши. При хлебопечении применяется норма в 1 г соли на 100 г муки; соответственно, при употреблении 1,5 кг печеного хлеба в день в организм поступает 10 г соли. Кашу, по современным технологическим нормам, солят из расчета 10 г соли на 1 кг готовой каши; есть данные и о расходе соли при варке каши в расчете на 1 кг крупы — в зависимости от вида последней и от консистенции каши, эта норма варьирует от 21 до 50 г соли на 1 кг крупы²⁶.

В приведенных выше регионах количество каши сильно различается — от 0,25 кг до 1 килограмма. Поэтому прежде, чем говорить о потреблении с кашей соли, необходимо хотя бы примерно определить норму потребления самой каши. У упоминавшихся работников М.П. Гагарина в с. Большой Клин норма выдачи крупы варьировала от полутора до двух четвериков на человека в год. Работницы Прядильного двора в Москве получали по 1,5 четверика крупы. Отработавшие на строительстве новой столицы крестьяне, мастеровые-переведенцы, солдаты, наемные мастеровые получали по четверику крупы, мастеровые Адмиралтейства и Арсенала — по полтора четверика в год²⁷. Если выдачи рассчитывались на месяц, то крупы выдавалось, как правило, по гарнцу (малому четверику: 1 гарнец = 1/8 четверика) на человека (армейским почтмейстерам, как уже говорилось, в месяц давали по 1,5 гарнца). Наконец, по нормативам Ярцева, минимальная выдача на одного рабочего в год равнялась 1,5 пуда ячневой крупы (в остальных случаях вид крупы не оговаривается; мы принимаем гречневую крупу, как самую распространенную). Таким образом, в годовых выдачах норма крупы чаще всего равнялась полутора четверикам, в месячных — одному гарнцу; это соответствует 2,5 кг крупы в месяц и/или 30 кг в год. В день получается 83 г крупы, что дает 320 г каши; соответственно, расход соли на такое количество равен примерно 3 грамма.

Таким образом, только с хлебом и кашей в организм поступало 13 г соли (возможно, несколько больше). К этому количеству следует прибавить соль, поступающую при употреблении соленой рыбы. В 100 г среднесоленой рыбы содержится 8 —

14 г соли, в крепкосолёной — от 14 до 20 г (по нормам конца XVI — начала XVII вв., на пять бочек рыбы расходовалась бочка соли, то есть в 100 г рыбы содержалось до 17 г соли), которой ели тогда очень много в связи с обилием в православном календаре постных дней. Так, Канцелярия от строений, принимая к себе в штат мастеровых, выдавала им в пайке фунт солёной рыбы на человека в день — и это независимо от выдававшихся им же 2 фунтов соли человеку на месяц; если взять солёность рыбы за 10%, то в день выходило примерно 70 г (!) соли. (Эта цифра вовсе не так фантастична, как может показаться на первый взгляд: так, 34 участникам голштинского посольства 1634 г. во время их пребывания в Москве выдавалось по пуду соли в неделю²⁸. Это — 69 г соли на человека в день или 25,2 г в год.) Если предположить, что дневное употребление солёной рыбы равнялось полуфунту, а количество таких дней в году — 150, то это даёт дополнительные 3 кг соли в год, то есть в среднем 8 г в день.

Но солёной была не только рыба: соль являлась единственным консервантом, в пищу употреблялись солёное мясо и сало, капуста, огурцы, грибы и т. д. При засолке гусиных полотков (половинок тушки) на 1 кг мяса шло 32 г соли, при приготовлении «солонины», то есть солёной говядины, на 1 кг мяса приходилось 42 г соли, при солёнии свиного сала («ветчины», по терминологии рассматриваемого периода) — 50 — 65 г соли. В 1 кг квашеной капусты содержится 25 г соли (в кочанной — 32 г, при квашении в бочках — 15 г), в 1 кг солёных огурцов, по разным данным, содержится от 30 до 75 г соли; в 1 кг солёных грибов, тоже по разным данным — от 22 до 50 г соли²⁹. Если предположить, что в зимнее время, когда большинство населения страны питалось именно солониной и солёнками, в состав условного дневного рациона входило 200 г солонины, 200 г квашеной капусты, 100 г солёных огурцов и 50 г солёных грибов, то только с этими продуктами человек получал 20 г соли, а если к этому добавить 10 г соли, содержащейся в хлебе, 3 г соли, содержащейся в каше, 8 г соли, содержащейся в рыбе и предположить, что обычный обед никак не мог не включать в себя примерно 0,5 л щей, в которых также содержится не менее 3 г соли, и добавить ещё 1 г соли на подсаливание всей пищи непосредственно перед употреблением, то суточное потребление соли будет равно 45 г, а рассчитанное по этой норме годовое фактически будет равно 1 пуду.

Так что «пуд соли съесть» можно было всего за год; конечно, более реальным было съесть этот пуд не за год, а за два, ибо круглогодично разного рода солёнками никто, конечно, не питался. Наиболее реальным для рассматриваемого периода, по всей видимости, можно считать соляной рацион в 0,5—0,75 пуд. в год, или 22—34 г соли в день.

Таким образом, структура и нормы питания россиян XVIII в. сильно отличались от наших: хлеба они ели в 3—4 раза больше, соли в 2—3 раза больше, чем мы. Главная причина этого несоответствия заключается в том, что энергозатраты основной массы населения рассматриваемого периода из-за уже трудно представляемой тяжести труда и быта превосходили аналогичные показатели своих нынешних потомков не менее чем вдвое, при том, что ассортимент, да и качество пищи не менее значительно уступали современным.

Примечания

1. Популярно о питании. К. 1989, с. 75.
2. Энциклопедия кулинарного искусства. М. 1994, с. 9.
3. См., например: МИЛОВ Л.В. Великоорусский пахарь и особенности российского исторического процесса. М. 1998, с. 386—391; СЕМЕНОВА Л.Н. Очерки истории быта и культурной жизни России. Первая половина XVIII в. Л. 1982, с. 218.
4. БУТКОВСКИЙ В.А. Мукомольное производство. М. 1983, с. 16—20, 244—245; КОЗЬМИНА Н.П. Проблемы качества зерна в их историческом развитии. М. 1947, с. 6—10, 16—19; Очерки русской культуры XVII века. Ч. 1. М. 1979, с. 219—220.
5. ФАЛЬКОВСКИЙ Н.И. Москва в истории техники. М. 1950, с. 376.
6. ИЛЬИНСКАЯ Т. Хлебопечение Москвы в XVIII—XIX вв. — Хлебопродукты, 1977, № 3.
7. СИЗИКОВ М.И. Торговый надзор полиции в России 40—60-х годов XVIII в. — Промышленность и торговля России XVII — XVIII вв. М. 1983, с. 241; см. также: ЛУППОВ С.П. История строительства Петербурга в первой четверти XVIII века. М.—Л. 1957, с. 142.
8. МОЛОХОВЕЦ Е. Старая кухня России. Т. 1. Ростов н/Д. 1991, с. 123.
9. РОДИН Ф.Н. Бурлачество в России. М. 1975, с. 45; ГЛАГОЛЕВА А.П. Олонекские заводы в первой четверти XVIII века. М. 1957, с. 211; ЧЕРКАСОВА А.С. Мастерские и работные люди Урала в XVIII в. М. 1985, с. 153—155; СЕМЕНОВА Л.Н. Рабочие Петербурга в первой

- половине XVIII века. Л. 1974, с. 129, 134, 139, 143, 145, 152; ЗАОЗЕРСКАЯ Е.И. Мануфактура при Петре I. М.-Л. 1947, с. 34.
10. Материалы по истории крестьянского и помещичьего хозяйства первой четверти XVIII в. М. 1951, с. 14, 34, 144, 167, 195, 233, 242—243, 283, 335, 337.
 11. Цит. по: ПОХЛЕБКИН В.В. Занимательная кулинария. М. 1986, с. 64.
 12. СТРУМИЛИН С.Г. История черной металлургии в СССР. Т. 1. М. 1954, с. 392—393.
 13. ВАЙНШТЕЙН А.Л. Народный доход России и СССР. История, методология исчисления, динамика. М. 1969, с. 32—33, 37, 39.
 14. СТРУМИЛИН С.Г. Ук. соч., с. 392—393; его же. Очерки экономической истории России. М. 1960, с. 78—79.
 15. РОДИН Ф.Н. Ук. соч., с. 45.
 16. ВИГИЛЕВ А.Н. История отечественной почты. М. 1990, с. 208.
 17. СЕМЕНОВА Л.Н. Рабочие Петербурга, с. 199.
 18. Популярно о питании, с. 16.
 19. СМОЛЯНСКИЙ Б.Л., АБРАМОВА Ж.И. Справочник по лечебному питанию для диетсестер и поваров. Л. 1984, с. 34; ЛЯХОВСКАЯ Л.П. Православная обрядовая кухня. СПб. 1996, с. 521; Энциклопедия кулинарного искусства, с. 9.
 20. См., например: КОВАЛЕВ В.М., МОГИЛЬНЫЙ Н.П. Традиции, обычаи и блюда русской кухни. М. 1996, с. 29; Популярно о питании, с. 44.
 21. О России в царствование Алексея Михайловича. Современное сочинение Григория Котошихина. СПб. 1859, с. 74.
 22. Материалы по истории крестьянского и помещичьего хозяйства, с. 167.
 23. БРОДЕЛЬ Ф. Структуры повседневности: возможное и невозможное. М. 1986, с. 227; ЕДВАРДС М. Донесение об употреблении соли в Англии. М. 1852, с. 26—41.
 24. БРУТ А. Учебная статистика или этнографико-статистическое обозрение пяти первоклассных держав Европы (до 1848 года) с краткою теориею статистики. Кн. 1. СПб. 1850, с. 87.
 25. ХОРОШКЕВИЧ А.Л. Торговля Великого Новгорода с Прибалтикой и Западной Европой в XIV — XV веках. М. 1963, с. 214; ЗАОЗЕРСКАЯ Е.И. У истоков крупного производства в русской промышленности XVI — XVII веков. М. 1970, с. 49; СЕМЕНОВА Л.Н. Рабочие Петербурга, с. 165; СТРУМИЛИН С.Г. Очерки, с. 79; Энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона. Т. XXVII. СПб. 1899, с. 310; Статистический ежегодник на 1913 год. СПб. 1913, с. 574; МОЛОХОВЕЦ Е. Ук. соч., с. 80, 123.
 26. ГОЛОВКОВ А.Э. Разносолы деревенской кухни. М. 1989, с. 177; КОВАЛЕВ Н.И., КУТКИНА М.Н., КРАВЦОВА В.А. Технология приготовления пищи. М. 1999, с.250; Энциклопедия-русской и европейской кухни в трех книгах. Книга I. СПб. 1992, с. 28.
 27. Материалы по истории крестьянского и помещичьего хозяйства, с. 337; ЗАОЗЕРСКАЯ Е.И. Развитие легкой промышленности в Москве в первой четверти XVIII в. М. 1953, с. 195; СЕМЕНОВА Л.Н. Рабочие Петербурга, с. 129, 134, 139, 143, 145, 152, 165—168.
 28. СМОЛЯНСКИЙ Б.Л., АБРАМОВА Ж.И. Ук. соч., с. 34; КОВАЛЕВ Н.И., КУТКИНА М.Н., КРАВЦОВА В.А. Ук. соч., с. 93; ПРОСТАКОВА Т.М. Технология приготовления пищи. Ростов-на-Дону. 1999, с. 101; КЛЮЧЕВИЧ А.С. Из истории материальной культуры и народного хозяйства СССР. Моющие средства, переработка жиров с древнейших времен по 1917 г. Казань. 1971, с. 56. СЕМЕНОВА Л.Н. Рабочие Петербурга, с. 164; КЛЮЧЕВСКИЙ В.О. Сказания иностранцев о Московском государстве. М. 1991, с. 41.
 29. ПОХЛЕБКИН В.В. Кулинарный словарь. М. 1996, с. 144, 173; Энциклопедия русской кухни. М. 2000, с. 407, 412; ГУБА Н.И., ЛАЗАРЕВ Б.Г. Кулинария. К. 1989, с. 28, 30; КОВАЛЕВ В.М., МОГИЛЬНЫЙ Н.П. Ук. соч., с. 183; Православная кулинария. В 2 кн. Кн. 1. Минск. 1996, с. 126—129, 492; ДМИТРИЕВА Н.Х., КИЩЕНКО Б.И. Старосветский стол. Киев. 1995, с. 47, 55, 57; ПИТЕНЕВ И.В. Лесная кухня. Новосибирск. 1989, с. 21; ЛУКАНИНА А.С. Овощи, дикорастущая зелень и плоды в питании. М. 1944, с. 9—11.