

УДК 94(470.47)

ПИЩЕВОЙ РАЦИОН И ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ БАЛАНС КАЛМЫКОВ-КОЛХОЗНИКОВ В КОНЦЕ 1930-х ГОДОВ: АНАЛИЗ ПО ГРУППАМ ХОЗЯЙСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Бадмаева Екатерина Николаевна

доктор исторических наук, доцент,

Калмыцкий государственный университет имени Б. Б. Городовикова,

Элиста, Российская Федерация

E-mail: en-badmaeva@yandex.ru

Аннотация

Исследование анализирует пищевой рацион и энергетический баланс калмыков-колхозников в конце 1930-х гг. на основе материалов комплексного обследования 1936 г., проведенного Наркомздравом РСФСР. Основное внимание уделено сравнительному анализу питания различных социально-профессиональных групп: скотоводов, полеводов и рыболовов. В процессе исследования установлено, что рацион калмыков характеризовался исторически высоким потреблением продуктов животного происхождения, существенно превышавших официально зафиксированные в то время физиологические нормы на человека. Наибольшая калорийность и доля животных жиров и белков отмечались у скотоводов, наименьшая — у рыболовов. Питание рабочих и служащих, хотя и было менее калорийным, однако оно оценивалось в целом как удовлетворительное. Исследование демонстрирует, что несмотря на коллективизацию и переход к оседлости личное подсобное хозяйство все еще оставалось ключевым источником продовольственной безопасности. Одновременно в повседневном рационе жителей степного региона произошли некоторые пищевые трансформации: широко распространился хлеб, произошло продуктовое разнообразие за счет овощей и круп. Указанные видоизменения пищевого рациона калмыков, как показало обследование экспедиции государственного Института социальной гигиены Наркомздрава РСФСР, отражали сложное взаимодействие традиционной скотоводческой культуры и новых социально-экономических реалий, выступая своеобразным индикатором адаптации калмыцкого общества к современным условиям советской действительности и социалистического образа жизни.

Ключевые слова

Калмыкия, 1936 год, комплексное исследование, пища калмыков, рацион питания всех групп калмыцкого населения, подсобное хозяйство, коллективизация.



UDC 94(470.47)

FOOD DIET AND ENERGY BALANCE OF KALMYK COLLECTIVE FARMERS IN THE LATE 1930s: ANALYSIS BY TYPES OF ECONOMIC ACTIVITY

Ekaterina N. Badmaeva

Doctor of Historical Sciences, Associate Professor,
Kalmyk State University named after B.B. Gorodovikov,
Elista, Russian Federation
E-mail: en-badmaeva@yandex.ru

Abstract

This study analyzes the diet and energy balance of Kalmyk collective farmers in the late 1930s, based on data from a comprehensive 1936 survey conducted by the People's Commissariat of Health of the RSFSR. The study focuses on a comparative analysis of the diets of various socio-professional groups: livestock breeders, field workers, and fishermen. The study found that the Kalmyk diet was characterized by a historically high consumption of animal products, significantly exceeding the officially established physiological norms per person at the time. The highest caloric intake and proportion of animal fats and proteins were observed among livestock breeders, while the lowest were found among fishermen. The diet of blue-collar workers and office workers, although lower in calories, was generally assessed as satisfactory. The study demonstrates that, despite collectivization and the transition to a sedentary lifestyle, private household plots remained a key source of food security. At the same time, some nutritional changes occurred in the daily diet of residents of the steppe region: bread became widespread, and food diversification began with vegetables and grains. The indicated changes in the diet of the Kalmyks, as shown by a survey by an expedition of the State Institute of Social Hygiene of the People's Commissariat of Health of the RSFSR, reflected the complex interaction of traditional pastoral culture and new socio-economic realities, serving as a kind of indicator of the adaptation of Kalmyk society to the modern conditions of Soviet reality and the socialist way of life.

Key words

Kalmykia, 1936, comprehensive study, Kalmyk food, diet of all groups of the Kalmyk population, subsidiary farming, collectivization

ВВЕДЕНИЕ

Исследование продовольственного потребления калмыков, проведенное в 1936 году Государственным институтом социальной гигиены Наркомздрава РСФСР, обладает высокой научной актуальностью, обусловленной комплексом взаимосвязанных аспектов. Историографический и методологический аспект заключается в возможности синтезировать на конкретном материале два ключевых подхода, представленных в историографии вопроса: имперский этнографически-описательный и советский статистически-аналитический. Такой синтез позволяет не только реконструировать продуктовую корзину степняков, но и проанализировать влияние социальных категорий (колхозники, единоличники, сельские рабочие и служащие), пола и возраста на доступ к пищевым ресурсам, углубляя понимание социальной стратификации калмыцкого общества на завершающем этапе коллективизации.

Не менее важен аспект истории повседневности и антропологический поворот. Питание является фундаментальным маркером повседневной жизни, культурной идентичности и адаптационных стратегий. Сравнительный анализ продовольственного рациона 1936 г. с традиционной пищевой культурой калмыков, описанной дореволюционными исследователями, дает возможность оценить глубину трансформации кочевого уклада. Проведенное нами исследование по существу отвечает на вопросы о том, какие элементы традиционной системы (потребление баранины, конины, калмыцкого чая) сохранились, а какие были вытеснены или дополнены продуктами централизованного снабжения (мука, крупы, сахар), что служит ключом к пониманию происходивших модернизационных процессов в национальных регионах СССР.

Представляется, что изучение продовольственного питания калмыков в довоенное совхозно-колхозное время является не узкой проблемой региональной истории, а важнейшим фактором понимания более широких процессов: взаимодействия традиции и советского проекта модернизации, формирования социальных неравенств в сталинском обществе и изменений в повседневных практиках в условиях радикальной трансформации хозяйства и быта. Подобное рассмотрение заполняет конкретную эмпирическую лакуну между исследованиями традиционного быта кочевников XIX в. и трагических событий военных лет, тем самым фиксируя «беспристрастный снимок» калмыцкого общества на сложном и противоречивом этапе истории СССР — коллективизации сельского хозяйства.

МЕТОДЫ И МАТЕРИАЛЫ

Источниковую основу исследования составили документы Национального архива Республики Калмыкия (НАРК). Ключевыми являются комплексные материалы комиссии Наркомздрава РСФСР по обследованию питания населения Калмыцкой АССР 1936 года, отложившиеся в фондах Центрального исполнительного комитета Калмыцкой АССР (ЦИК КАССР). Эти документы содержат первичные данные бюджетных обследований, таблицы химического состава рациона, отчеты и аналитические записки, позволяющие реконструировать как количественные, так и качественные параметры питания различных социально-профессиональных групп.

Для обеспечения ретроспективного анализа и сравнительного контекста были привлечены опубликованные источники: отчеты государственных и партийных органов, статистические сборники 1920–1930-х гг., исследования гигиенистов и экономистов вышеуказанного периода. Особое значение для анализа трансформации пищевых практик калмыков имеют работы дореволюционных этнографов (Н. А. Нефедьева, П. И. Небольсина, И. А. Житецкого), детально описавших традиционную систему их питания в условиях кочевого скотоводства.

Междисциплинарный потенциал научного исследования подчеркивает его нахождение на стыке истории, экономической истории, антропологии, нутрициологии и исследований продовольственной безопасности. Реконструкция калорийности и баланса нутриентов позволяет дать объективную оценку физиологического состояния населения, представляющего несомненный интерес для демографов и специалистов по общественному здоровью.

Методологический аппарат сочетает анализ количественных (статистические данные о потреблении, калорийности, поголовье скота) и качественных (историко-антропологическое рассмотрение пищевых практик, ритуалов и бытовых условий) социально-экономических параметров. Это позволяет осуществить комплексный анализ макроэкономических процессов коллективизации с микроисторией повседневного потребления калмыцкого населения.

ИСТОРИОГРАФИЯ

Питание населения Калмыкии неоднократно становилось предметом исследования как в дореволюционный, так и в советский периоды. Русские исследователи XIX в., такие как Н. А. Нефедьев, П. И. Небольсин, И. А. Житецкий (1834, 1852, 1893), подробно проанализировали традиционную систему питания номадов, сложившуюся в условиях кочевого скотоводства. Их работы свидетельствуют, что в основе рациона калмыков исторически лежали продукты животноводства — мясо (баранина, говядина, конина) и разнообразные молочные продукты. Эти исследователи также описали сложившуюся культуру потребления пищи, включая церемонии угощения гостей, правила разделки туши, и особое значение такого повседневного блюда, как калмыцкий чай. Однако их наблюдения, как правило, не ставили целью глубокий анализ уровня жизни и калорийности питания широких слоёв населения. К примеру, И. А. Житецкий, касаясь питания кочевников, ограничился лишь констатацией того факта, что «калмыцкая масса живет вообще впроголодь и потребляют калмыки сравнительно мало» (Житецкий, 1893: 8).

Исследования 1920–1930-х гг. коренным образом сместили акцент с описания бытовых традиций на изучение реального потребления калмыцкого населения. Учёные предвоенного периода, опираясь на статистические данные и обследования хозяйств, пришли к выводам, которые развили и конкретизировали тезис Житецкого о жизни калмыков «впроголодь». Пищевой вопрос переводился ими из плоскости описания «что ели» в плоскость анализа «сколько, и кто именно ел», связав модели питания с социальной структурой и экономическими условиями жизни калмыцкого общества конца XIX—первой трети XX в. (Калмыки, 1928; Рокчинский, 1926; Мальков, 1930). Суровые социально-экономические условия, кочевой образ жизни

вследствие занятия исключительно скотоводством влияли на характер и бытовые особенности питания и были причиной того, что калмыки жили в дореволюционное время впроголодь и не отличались пищевым разнообразием. У. Душан, перечисляя существовавшие тогда вредные обычаи калмыков, относит к ним и «обычаи кушать однообразную и неудобоваримую пищу» (Душан, 2016: 314).

Надо сказать, что подобный аналитический подход остаётся основополагающим и в современной историографии вопроса (Эрдниев, 1970; Мукабенова, Лиджиев, 2020; Алексеева, 2007).

РЕЗУЛЬТАТЫ

Комплексное социально-гигиеническое обследование населения Калмыцкой АССР 1936 г. позволило зафиксировать не только структуру питания, но и её зависимость от масштабных социально-экономических трансформаций первой половины 1930-х гг. Питание, наряду с жилищными условиями и организацией труда, являлось ключевым фактором, определявшим уровень здоровья населения, было напрямую связано с экономическим положением семьи.

Традиционной основой хозяйства калмыков вплоть до советского периода было экстенсивное кочевое скотоводство, что накладывало отпечаток на весь уклад жизни, включая пищевой рацион. Переход к оседлости и коллективизации, начавшийся в конце 1920-х–начале 1930-х гг., должен был радикально изменить сложившуюся систему хозяйствования. К середине 1930-х гг. в экономике Калмыцкой АССР, согласно официальным данным, стали развиваться, наряду с животноводством, полеводство и рыболовство.

Динамика поголовья скота в первой половине 1930-х гг. отражает как последствия коллективизации, так и процессы адаптации калмыцких хозяйств к новым социально-экономическим реалиям. Данные по животноводческому поголовью Калмыкии на 1936 г. в сравнении с 1930 г. демонстрируют противоречивую картину.

Таблица 1

Рост поголовья скота (НАРК. Ф.Р-3. Оп. 5. Д. 51. Л. 58)

Вид скота	1930 г.	1936 г.
Крупный рогатый скот	220594	249239
в том числе коровы	82443	78046
Лошади	39377	33841
Овцы и козы	151650	827946
Свиньи	786	19243
Верблюды	6958	4621

Наблюдаются резкий рост поголовья овец и свиней и снижение числа лошадей, верблюдов и коров. Для понимания реальных источников питания населения региона ключевое значение имело распределение поголовья скота между общественным и личным секторами. Как отмечалось на первом республиканском съезде советов, поголовье крупного рогатого скота и свиней в личном пользовании колхозников нередко превышало колхозное. Динамика прироста стада также свидетельствовала в пользу личных хозяйств (Материалы..., 1936).

Таблица 2

**Прирост стада в хозяйствах Калмыцкой АССР
(НАРК. Ф.Р-3. Оп. 5. Д. 51. Л. 60).**

	1935 г.	1936 г.
Колхозы	19	21
Колхозники	34	39
Совхозы	34	31,5
Единоличники	7	1

Таким образом, личное подсобное хозяйство (ЛПХ) оставалось критически важным экономическим и продовольственным ресурсом для колхозной семьи. Наличие в хозяйстве собственной коровы, нескольких овец или свиней было существенным подспорьем к доходам от колхозных трудодней и формировало базу более устойчивого питания. Это обстоятельство имело прямое влияние на пищевой рацион: его калорийность, структуру и химический состав. У скотоводов, имевших развитое ЛПХ, в питании по-прежнему значительную роль играли животные жиры и белки, в то время как у групп населения, занятых, например, в рыболовстве и не имевших животноводческого хозяйства, рацион питания был иным и часто менее калорийным. Следовательно, продовольственная ситуация середины 1930-х гг. в Калмыкии определялась сложным взаимодействием новой коллективной экономики и сохраняющейся жизненной важности индивидуального хозяйства.

Сложившийся характер индивидуального (подсобного) хозяйства калмыцкого колхозника не был случайным явлением. Развитие личного подсобного хозяйства (ЛПХ) преследовало цель повышения материального благосостояния колхозников-калмыков. Примерный устав сельскохозяйственной артели в Калмыкии предусматривал более высокие, по сравнению с другими регионами страны, нормы наделения колхозников скотом в личное пользование. Данное положение было официально закреплено в постановлении Сталинградского крайисполкома и крайкома ВКП(б) о принятии колхозами уставов сельскохозяйственной артели по Сталинградскому краю (в состав которого входила Калмыцкая область): «Все улусы Калмыцкой области отнести к 3 группе районов, в которой каждый колхозный двор может иметь в личном пользовании от 4 до 5 коров и кроме того молодняк; от 50 до 40 овец и коз вместе, от 2 до 5 свиноматок с приплодом, 20 ульев, а также по 1 лошади или по одной кумысной кобылице, или по 2 верблюда» (Постановление Сталинградского крайисполкома..., 1935: 1).

Значимой отраслью хозяйства Калмыкии в годы коллективизации постепенно становилось полеводство, хотя регион вплоть до недавнего времени оставался потребляющим. Хлебофуражный баланс постоянно формировался с существенным дефицитом, который покрывался за счет ввоза зерна из других краёв. Однако в 1930-е гг. в регионе наблюдался рост посевных площадей, в том числе под бахчевыми и огородными культурами, что свидетельствовало обо все прогрессирующей тенденции перехода республики из потребляющей в производящую полеводческую продукцию.

Существенной (третьей) отраслью калмыцкого народного хозяйства было рыболовство, где процесс коллективизации к середине 1930-х гг. был практически завершён (99,3%). К 1935 г. в рыбной промышленности автономной республики

отмечались значительный экономический подъём и неплохие производственные успехи. Калмыцкая АССР располагала 5 рыбопромышленными заводами, 4 плавучими рыбными промыслами и 1 плавучим консервным заводом (НАРК. Ф.Р-3. Оп. 5. Д. 51. Л. 62–63).

Особенностью экономического положения калмыцкой колхозной семьи являлось наличие двух основных источников дохода: оплаты по трудодням в колхозе и доходов от личного подсобного хозяйства. При этом значительная часть оплаты трудодней осуществлялась натурой — продукцией, произведённой в колхозе по месту жительства, что, безусловно, влияло на структуру и характер питания населения.

Национальную специфику питания калмыков отметили и члены экспедиции Государственного института социальной гигиены Наркомздрава РСФСР. В таблице, составленной ими, отмечается, что продукты животного происхождения по-прежнему занимают значительное место в пищевом рационе калмыцкого населения.

Таблица 3

Содержание продуктов животного происхождения в суточном пайке одного взрослого едока (в среднем) (НАРК. Ф.Р-3. Оп. 5. Д. 51. Л. 91)

Группы	Белки животного происхождения (г)	%	Жиры животного происхождения (г)	%	Калории животного происхождения	%
По 69 обследованным	63,0	45,4	112,7	92,6	1451	34,3
В т.ч. 59 сельским	65,6	45,2	118,8	92,5	1534	34,8
10 городским	48,2	45,0	76,5	92,6	965	30,6
Нормы по Фойту		30,0		50,2		

Как видно из таблицы, доля продуктов животного происхождения в рационе калмыков весьма высока, а их соотношение с продуктами растительного происхождения существенно превышает расчётные нормы. Данное обстоятельство позволяет отнести питание калмыков к такому типу, в котором жиры явно преобладают над остальными компонентами пищи. Это является прямым следствием традиционного скотоводческого характера хозяйства калмыцкого населения. Отсюда можно сделать однозначный вывод: данный тип питания сложился исторически.

Однако, если исходить из данных предыдущих обследований (1922–1924 гг.), химический состав пищи калмыков выглядит следующим образом:

Таблица 4

Химический состав пищи суточного рациона мужчины– калмыка (по данным ЦСУ) (Труды Центрального статистического управления СССР..., 1928: 84, 88, 90, 96)

Годы	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Калории	
				Всего	% животного происхождения
1922	76,7	25,6	602,0	3021	2,2
1923	88,3	53,7	631,1	3449	6,0

февраль 1924	107,0	79,9	562,4	3488	20,0
июнь 1924	128,3	98,9	526,7	3605	32,9
среднее по 55 колхозникам калмыкам (по обследованию 1936 г.)	146,2	127,4	650,6	4440	34,2

В приведенной нами таблице обращает на себя внимание резкое снижение в 1922–1923 гг. процента калорий животного происхождения. Очевидно, данное обстоятельство объясняется небывалой засухой, повлекшей за собой неурожай полевых культур и гибель большого количества скота, вызвавшей страшное голодное бедствие в Поволжье, в том числе и в Калмыкии. Разорённое нижеволжское хозяйство медленно восстанавливалось: в полевых районах с плодородными землями спешно стали выращивать зерновые овощно-бахчевые культуры. В Калмыкии, жители которой имели отличные навыки ухода за скотом, упор был сделан на восстановление животноводства, что, безусловно, отразилось на их пищевом рационе. Вследствие роста животноводческого поголовья кочевники постепенно вернулись к обычному уровню потребления жиров и белков, что в целом, скажем, было характерно и для других скотоводческих районов страны.

К лету 1936 г., как отмечали члены экспедиции Государственного института социальной гигиены Наркомздрава РСФСР, даже в сравнении с нормами ЦСУ, установленными для крестьянского населения с учётом тяжести труда в сельском хозяйстве, потребление жителями Калмыкии продукции животного происхождения было гораздо выше: по белкам — на 32,5%; по жирам — на 95%; по углеводам почти достигало нормы; а калорийность превышала норму на 17% (НАРК. Ф.Р-3. Оп. 5. Д. 51. Л. 94).

Таким образом, калорийность питания явился прямым индикатором растущего экономического положения скотоводства Калмыкии, что отразилось в некотором улучшении материального благосостояния ее жителей в виде обеспечения продукцией животного происхождения, чего, впрочем, нельзя сказать об удовлетворении населения даже минимальным полеводно-зерноводческим ассортиментом.

Для корректного сравнения пищевого рациона кочевых народов целесообразно рассмотреть данные по питанию сельского населения Казахстана, которое также часто подвергалось воздействию неурожая и имело схожие с калмыками условия быта и хозяйствования. В таблице 5 представлен химический состав суточного рациона взрослого мужчины-казаха по данным ЦСУ.

Таблица 5

Химический состав суточного рациона мужчины- казаха
(Труды Центрального статистического управления СССР..., 1928: 84, 88, 90, 94 таблицы)

Годы	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Калорий	
				Всего	% животного происхождения
1922	98,8	74,6	486,5	3093	26,0
1923	140,1	42,6	667,2	3747	9,9

февраль 1924	148,8	68,5	789,8	4485	12,7
июнь 1924	169,8	130,5	731,3	4908	31,4

Таким образом, по своему химическому составу пища калмыков-колхозников была типичной для кочевых народов и практически не отличалась, к примеру, от казахской. Уровень питания, зафиксированный у калмыков в 1936 г., отражал традиционную, исторически сложившуюся структуру рациона питания с предпочтением определенных продуктов животного мира, что было обусловлено доминирующей ролью скотоводства в хозяйстве и быту.

Для более детального анализа целесообразно рассмотреть питание сельского калмыцкого населения в разрезе профессиональных групп, занятых в различных хозяйственных отраслях.

Таблица 6

Суточный рацион взрослого мужчины-калмыка по профессиональным группам (НАРК. Ф.Р-3. Оп. 5. Д. 51. Л. 102)

Группа колхозников (кол-во чел.)	Калорийность	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)
Среднее потребление (55 чел.)	4400	146,2	127,4	650,6
В том числе:				
Скотоводы (25 чел.)	4574	154,5	159,1	591,4
Полеводы (24 чел.)	4527	139,9	116,1	714,8
Рыболовы (6 чел.)	3556	136,7	41,5	643,0

Как установила обследовавшая вышеуказанная комиссия, калорийность питания во всех группах калмыцких колхозников превышала нормы Фойта не только для средней работы (3055 ккал), но и для тяжелой (3574 ккал). Пищевой рацион также превосходил нормы ЦСУ 1920–1924 гг., установившие для взрослого мужчины, занятого тяжелым сельскохозяйственным трудом, 110 г белка, 65 г жира и 657 г углеводов.

Рацион питания калмыцких колхозников-рыболовов, соответствуя физиологическим нормам по калорийности, тем не менее, уступал нормативным показателям ЦСУ, главным образом, из-за недостаточного потребления жиров.

По оценке членов комиссии, химический состав пищи колхозников-калмыков являлся полностью удовлетворительным. Потребление жиров находилось на повышенном уровне, особенно среди животноводов и полеводов-скотоводов. Его показатели колебались от 107 до 184% относительно нормы Фойта для работ средней тяжести и превышали нормы для тяжелого труда на 16–59%. В сравнении с нормативами ЦСУ данный показатель был выше на 78–144% (НАРК. Ф.Р-3. Оп. 5. Д. 51. Л. 104).

Структура питания групп «скотоводы» и «полеводы-скотоводы» напрямую коррелировала с хозяйственно-культурным типом, определяя более высокую долю продуктов животного происхождения и общую калорийность.

В группе «рыболовы» было зафиксировано наиболее низкое среднесуточное потребление жиров — 41,5 грамм на взрослого мужчину. Этот дефицит компенсировался повышенным, относительно других групп, потреблением белков и углеводов, что в целом позволяло поддерживать энергетический баланс. Однако именно у

рыболовов отмечался наиболее низкий процент калорий, полученных из продуктов животного происхождения, несмотря на высокое содержание в их пище животных белков и жиров.

В хозяйствах смешанного типа колхозники, занятые растениеводством (имевшие посевы), потребляли углеводы в наибольших объемах, что было обусловлено доступностью хлеба и хлебных продуктов.

Таким образом, наблюдалась четкая градация: наибольший процент продуктов животного происхождения в пище был характерен для скотоводов, наименьший — для рыболовов, в то время как хозяйства смешанного типа занимали промежуточное положение по данному показателю, но лидировали по потреблению углеводов.

По данным обследования 1936 г., комиссия заключила, что по абсолютному содержанию основных питательных веществ (в граммах) пищу колхозника-калмыка следует считать вполне удовлетворительной.

Несколько подробно рассмотрим особенности суточного питания рабочих и служащих Калмыкии. Пищевой рацион рабочих и служащих, представлявших в 1920-е гг. немногочисленную группу населения региона, остаётся недостаточно изученным, поскольку обследование 1925 г. не уделило данной группе специального внимания. Тем не менее имеющиеся данные позволяют проанализировать химический состав их суточного питания.

Таблица 7

**Суточный рацион рабочих и служащих
(НАРК. Ф.Р-3. Оп. 5. Д. 51. Л.109)**

Группа рабочих и служащих	Калорийность (г.)	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)
Средние показатели рациона (69 чел.)	4224	138,5	121,7	617,9
Рабочие (7 чел.)	3842	111,1	99,4	520,4
Служащие (7 чел.)	3276	105,4	98,9	459,1

Из представленной таблицы видно, что рацион непосредственно обследованных рабочих (7 чел.) и служащих (7 чел.) характеризовался более низкими значениями по всем указанным нутриентам по сравнению со средними данными по Калмыкии. Однако даже эти сниженные показатели (3842 ккал для рабочих и 3276 ккал для служащих) превышали теоретическую норму, вычисленную Фойтом для лиц, занятых физическим трудом среднего напряжения (3055 ккал). Качественный состав их пищи также имел свою специфику. Доля животных белков была значительной: 42,8% у рабочих и 55,6% у служащих, что приближалось к уровню, характерному для калмыков-скотоводов. Особенно высоким было содержание животных жиров, достигавшее 92,3% — у рабочих и 94,8% — у служащих. Эти данные подтверждают, что в питании группы рабочих и служащих, как и всего калмыцкого населения, в тот период доминировали жиры животного происхождения.

Таким образом несмотря на то, что количественные показатели питания рабочих совхозов и служащих были несколько ниже, чем у других групп населения, их рацион

можно считать удовлетворительным. Он не только покрывал теоретически рассчитанные энерготраты, но и сохранял характерную для региона высокодольную модель потребления животных жиров.

Характеристика бытовых и санитарно-гигиенических особенностей питания калмыков

Основу традиционного рациона калмыков, сложившегося в условиях кочевого скотоводства, как мы отметили выше, составляли продукты животноводства — молоко и мясо. Однако доступность этих продуктов носила выраженный социальный и сезонный характер. Мясная пища, преимущественно баранина, была ежедневным рационом лишь зажиточных хозяйств, в то время как основная масса населения потребляла ее редко, особенно в теплое время года. Доминирующую роль в питании играли молочные продукты: молоко, масло, а также кисломолочный напиток чигян.

Центральным элементом пищевого режима, выполнявшим как утилитарную, так и глубокую социально-ритуальную функцию, был калмыцкий чай (джомба). Это блюдо, приготовленное из чайного листа с добавлением молока, соли и жира (чаще бараньего), являлось основной пищей для широких слоев населения и употреблялось несколько раз в день. Угощение чаем было обязательным ритуалом при приеме любого гостя. Хлеб и мучные изделия в кочевой период практически не были известны. Мука использовалась эпизодически для приготовления пресных лепешек, которые считались лакомством.

Одним из немногих мясных блюд, доступных в повседневном рационе, был «будан» — суп из мелко нарезанного мяса, заваренный мукой. Более наваристый бульон «шолюн» (шулюм) требовал большего количества мяса и потому готовился реже. Важное значение имели способы консервации мяса (сушка, засолка) и ритуальное распределение частей туши в соответствии с возрастом, полом и статусом человека.

Изменения в питании в период обоседления и коллективизации (1930-е гг.)

Переход к оседлому образу жизни и политика коллективизации оказали существенное влияние на структуру питания. Ключевым изменением стало повсеместное распространение хлеба и хлебных продуктов, что стало возможным благодаря развитию земледелия и организации колхозных пекарен. Хлеб стал обязательным атрибутом трапезы, потребляясь вместе с калмыцким чаем. Меню стало более разнообразным и питательным. Если ранее «шолюн» варился практически без приправ, то теперь в суп стали добавлять лук, картофель, овощи, а также крупы (пшено) и вермишель. Это указывает на начавшуюся интеграцию в рацион питания овощей и мучных изделий фабричного производства. Состав самого калмыцкого чая также изменился: улучшение экономического положения части колхозников позволило использовать для его приготовления больше молока, сливок, а также заменить бараний жир на коровье масло.

В таблице ниже представлено сравнение ключевых аспектов питания в два рассматриваемых периода.

Таблица 8

**Ключевые аспекты питания в XIX и XX вв.
(НАРК. Ф.Р-3. Оп. 5. Д. 51. Л.131–138)**

Аспект питания	Конец XIX–начало XX вв. (кочевой/ранний период)	1930-е гг. (период обоседления и коллективизации)
Основной рацион	Молочные продукты, калмыцкий чай, редкое мясо	Хлеб, калмыцкий чай с хлебом, более частые мясные блюда с приправами
Мясные блюда	«Будан», редко «шолюн» без овощей	«Шолюн» с добавлением лука, овощей, вермишели или крупы
Хлеб и мука	Отсутствие хлеба, редкие пресные лепешки	Повсеместное потребление хлеба, лепешек из сдобного теста.
Жировой компонент	Бараний жир в чае и блюдах	Частичная замена на коровье масло
Овощи и крупы	Практически отсутствовали	Начали входить в рацион (лук, картофель, капуста, пшено)

*Влияние природно-климатических и бытовых условий
на рацион питания*

Пищевые практики калмыков исторически формировались в экстремальных природно-климатических условиях. Территория Калмыкии является самой засушливой на юге России, с хроническим дефицитом пресной воды. Большинство населенных пунктов, кроме приволжских, были вынуждены пользоваться грунтовой водой из колодцев (*худуков*), которая часто была солоноватой и непригодной для заваривания обычного чая, что отчасти обусловило специфику приготовления калмыцкого чая.

Кочевой образ жизни накладывал жесткие ограничения на материальную культуру питания. Семья могла иметь лишь минимальный набор прочной, небьющейся утвари, преимущественно деревянной. Отсутствовали индивидуальные столовые приборы (ложки, вилки), а суповых и чайных посуды в семьях было мало. Переход к оседлости в 1930-е гг. способствовал некоторому улучшению бытовых условий. В обиходе появилась фаянсовая и эмалированная посуда, индивидуальные чашки для каждого члена семьи, что положительно сказалось на санитарно-гигиенической стороне питания.

Еще одним критически важным бытовым фактором был дефицит топлива. В безлесной степи основным видом топлива был кизяк (высушенный навоз), что ограничивало возможности для приготовления сложных многокомпонентных блюд и требовало энергоэффективных способов готовки (например, тушения мяса в яме с золой — блюдо «кюр»).

Таким образом, характеристика питания калмыков в 1920–1930-е гг. демонстрирует тесную взаимосвязь между пищевыми практиками, хозяйственно-экономическим укладом, природной средой и бытовыми условиями. Традиционная система питания, идеально адаптированная к кочевому скотоводству и суровому климату, в указанный период подверглась значительной трансформации.

Под влиянием перехода к оседлости и коллективизации произошла диверсификация рациона за счет распространения хлеба, овощей и круп. Улучшилась питательная ценность основных блюд (чая, супов). Параллельно менялась и материальная культура питания: происходил переход к использованию более гигиеничной индивидуальной посуды.

Эти изменения, обусловленные как государственной политикой, так и адаптацией традиционных практик к новым условиям, свидетельствуют о сложном процессе интеграции вековых традиций в меняющийся социально-экономический контекст.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Характерной чертой питания колхозного крестьянства Калмыкии является повышенное потребление продуктов животного происхождения. Процент белков и особенно жиров животного происхождения значительно превосходит теоретически вычисленные нормы. Рацион колхозников характеризовался наиболее благоприятными показателями: значительным содержанием белков и жиров животного происхождения, а также наибольшим процентом животных калорий.

Уровень питания, установленный у калмыков во время обследования 1936 г., основан на издавна сложившейся структуре питания с преимущественным использованием одним продуктом перед другим. Это объясняется тем, что основная масса населения занималась животноводством, наложившим свою печать на весь быт калмыков, в том числе и на их пищу.

Вещества энергетического характера представлены в пище отдельных групп колхозного крестьянства не в одинаковых количествах. Наибольшее количество белков и жиров встречается у колхозников, занятых скотоводством, наименьшее — у рыболовов. Среднее место занимают колхозники, занятые в смешанном хозяйстве — полеводческо-скотоводческом.

Количественные показатели питания рабочих совхозов и служащих ниже, чем у других групп населения, но их рацион члены вышеуказанной экспедиции посчитали удовлетворительным.

Коллективизация в калмыцкой деревне сопровождалась определенным ростом материального положения части населения, вызванного во многом улучшением продовольственного снабжения в колхозах. Для достижения полностью рациональной структуры питания, соответствующей географическим, экономическим условиям республики и характеру занятости ее жителей, требовался комплекс дальнейших организационно-хозяйственных мер, решение которых вынужденно приостановилось из-за начавшейся вскоре Великой Отечественной войны.

Литература

- Алексеева, П. Э. (2007). О традиционной молочной пище калмыков. *Свет в степи*. С. 101–109.
- Душан, У. Д. (2016). *Избранные труды* / сост. Батыров В.В., Шараева Т.И. Переиздание. Элиста: КИГИ РАН.

Житецкий, И. А. (1893). Очерки быта астраханских калмыков: Этнографические наблюдения 1884–1886 гг. *Известия Императорского общества любителей естествознания, антропологии и этнографии*. Москва: типография М.Г. Волчанинова. 13. 1.

Калмыки. Исследование жизни и запаса жизненных сил калмыков. (1928). / Под ред. проф. А. Малькова. Москва.

Мальков, А. (1930). О задачах научного исследования в области народного питания. *На фронте здравоохранения*. 7–8–9. 28–29.

Материалы к докладу о советском хозяйственном и культурном строительстве Калмыцкой АССР (1936). Элиста: издание СНК Калмыцкой АССР.

Мукабенова, Ж. А., Лиджиев, А. Б. (2020). Традиционная пища калмыков. *Вестник Бурятского государственного университета. Язык. Литература. Культура*. 3. 94–98.

Национальный архив Республики Калмыкия (далее — НАРК). Ф.Р-3. Оп. 5. Д. 51. Л. 58, 60, 62–63, 91, 94, 102, 104, 109, 131–138.

Небольсин, П.И. (1852). *Очерки быта калмыков Хошоутовского улуса*. Санкт-Петербург: типография К. Крайя.

Нефедьев, Н. А. (1834). *Подробные сведения о волжских калмыках, собранные на месте*. Санкт-Петербург: типография К. Крайя.

Постановление Сталинградского крайисполкома и крайкома ВКП(б) о мероприятиях по выработке, обсуждению и принятию колхозами сельскохозяйственной артели по Сталинградскому краю. (1935). *Правда*. 17 мая. 1.

Рокчинский, О. Л. (1926). Предпосылки экономического и культурного развития Калмыцкой области. *Нижнее Поволжье*. 1–4. 101–102.

Труды Центрального статистического управления СССР (1928). Состояние питания сельского населения СССР 1920–1924 гг. Москва: издание ЦСУ СССР. XXX. 2.

Эрдниев, У. Э. (1970). Пища и напитки. Утварь. *Калмыки: историко-этнографические очерки*. Элиста: Калмыцкое книжное издательство. 159–177.

References

Alekseeva, P. E. (2007). On the Traditional Dairy Food of the Kalmyks. *Light in the Steppe*. 101–109 (in Russian).

Dushan, U. D. (2016). *Selected Works* / compiled by Batyrov V.V., Sharaeva T.I. Reprinted. Elista: KIGI RAS (in Russian).

Erdniev, U. E. (1970). Food and Drinks. Utensils. *Kalmyks: Historical and Ethnographic Essays*. Elista: Kalmyk Book Publishing House. 159–177 (in Russian).

Kalmyks. A Study of the Life and Stamina of the Kalmyks. (1928). / Ed. by prof. A. Malkov. Moscow (in Russian).

Malkov, A. (1930). On the Tasks of Scientific Research in the Field of Folk Nutrition. *On the Health Front*. 7–8–9. 28–29 (in Russian).

Materials for the Report on Soviet Economic and Cultural Development of the Kalmyk ASSR. (1936). Elista: Publication of the Council of People's Commissars of the Kalmyk ASSR (in Russian).

Mukabenova, Zh. A., Lidzhiev, A. B. (2020). Traditional Food of the Kalmyks. *Bulletin of the Buryat State University. Language. Literature. Culture*. 3. 94–98 (in Russian).

National Archives of the Republic of Kalmykia (hereinafter referred to as NARK). F.R-3. Op. 5. D. 51. L. 58, 60, 62–63, 91, 94, 102, 104, 109, 131–138 (in Russian).

Nebolsin, P.I. (1852). *Essays on the Everyday Life of the Kalmyks of the Khoshoutovsky ulus*. St. Petersburg: K. Kraia Printing House (in Russian).

Nefedyev, N. A. (1834). *Detailed Information on the Volga Kalmyks, Collected on the Spot*. St. Petersburg: K. Kraia Printing House (in Russian)

Resolution of the Stalingrad Regional Executive Committee and the Regional Committee of the All-Union Communist Party (Bolsheviks) on Measures for the Development, Discussion, and Adoption by Collective Farms of an Agricultural Artel in the Stalingrad Region. (1935). *Pravda*. May 17. 1 (in Russian).

Rokchinsky, O. L. (1926). Prerequisites for the Economic and Cultural Development of the Kalmyk Region. *Lower Volga Region*. 1–4. 101–102 (in Russian).

Transactions of the Central Statistical Administration of the USSR (1928). [Text]. The Nutritional Status of the Rural Population of the USSR, 1920–1924. Moscow: Publication of the Central Statistical Administration of the USSR. XXX. 2 (in Russian).

Zhitetsky, I. A. (1893). Essays on the Life of the Astrakhan Kalmyks: Ethnographic Observations from 1884–1886. *Bulletin of the Imperial Society of Lovers of Natural Science, Anthropology, and Ethnography*. Moscow: M.G. Volchaninov Printing House. 13. 1 (in Russian).