

Hägersten-Liljeholmen, Stockholm - simulering skolbudget avseende energi innehåll - kr/100kcal.

Simuleringen avser 12 000 barn mellan 1 och 19 år och uppskattningsvis 18 000 portioner per dag.

Ramavtalspriser för Göteborg & Partille, enligt

"WINST" (webbaserat inköpsstöd) 2009-05-20

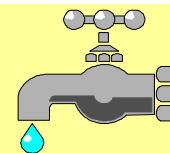
Skoldagar per år	180
Antal portioner/skoldag	18000

Vi äter primärt för att vi behöver energi.

Standardmjölk och smör är näringsrik och energirik mat som ger billig energi.

Det är dyrt att "tanka" energifattig lättmjölk och industrifabricerat lättmargarin.

Mättnaden när vatten fyller magen övergår snabbare till hunger.



Standard portion	kr/kg	portion	enhet	kr/portion	kr/år	kcal/100g	kr/100kcal	kcal/portion
Standardmjölk (3%)	6,27	1,5	dl	0,94	3 047 220	60	1,05	90
Bregott (75%)	44,38	10	gram (5g/skiva)	0,44	1 437 912	680	0,65	68
Wasa Husman	25,31	25	gram (12,5g/skiva)	0,63	2 050 110	310	0,82	78
Sum				2,02	6 535 242		0,86	236

Lätt portion	kr/kg	portion	enhet	kr/portion	kr/år	kcal/100g	kr/100kcal	kcal/portion
Lättmjölk (0,5%)	5,63	1,5	dl	0,84	2 736 180	40	1,41	60
Lätta (40%)	23,08	10	gram (5g/skiva)	0,23	747 792	350	0,66	35
Wasa Husman	25,31	25	gram (12,5g/skiva)	0,63	2 050 110	310	0,82	78
Sum				1,71	5 534 082		0,99	173

Slutsats:

Fett är energirikt och ger mättnad länge. Standardmenyn ger energi motsvarande en "driftstid" på

2,36 tim

Vatten som fyller magen ger fort ny hunger. Lättmenyn ger energi som motsvarar en "driftstid" på

1,73 tim

Vattnig mjölk och vattenutspätt fett ger mindre energi per krona. Lättmenyn är hela

16% dyrare per kcal.

Att "tanka" samma mängd energi med lättprodukter som standard ger merkostnaden

1 019 983 kronor per år.

Bregott är ett i särklass energirikt, billigt och nyttigt "drivmedel" - kostar bara runt 65 öre per 100 kcal (en timmas "drift").

Att "tanka" upp energimängden med andra livsmedel än helmjölk och smör blir oftast betydligt dyrare.

Varför just 100 kcal? För att det ger energi för en timma vid en kaloriförbrukning på 2 400 kcal per dygn.

Se "kr/100 kcal." >> <http://www.konsumentensamverkan.se/11verk/kampanj/konsumentnyckeln/kcal.htm>

Det blir således energimässigt dyrare att servera "lättprodukter" som eleverna klokt nog inte vill ha!

Och varför "tanka" våra barn (och gamla) med vattenuppblandat industribränsle? Snudd på luredrejeri!