

## Möln dal - simulering skolbudget avseende energi innehåll - **kr/100kcal.**

Simuleringen avser kommunal förskola, grundskola och gymnasium i Möln dals kommun med totalt 12 900 elever och ca 25 000 portioner per skoldag.

Ramavtalspriser för Möln dal jan 2012

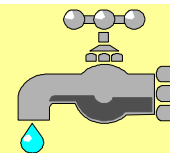
Skoldagar per år	178
Antal portioner/skoldag	25 000

### 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%)	7,25	1,5	dl	1,09	4 839 375	60	1,21	90
Bregott (75%)	47,70	10	gram (5g/skiva)	0,48	2 122 650	680	0,70	68
Wasa Husman	25,31	25	gram (12,5g/skiva)	0,63	2 815 738	310	0,82	78
<b>Sum</b>				<b>2,20</b>	<b>9 777 763</b>		<b>0,93</b>	<b>236</b>

Lätt portion	kr/kg	portion	enhet	kr/portion	kr/år	kcal/100g	kr/100kcal	kcal/portion
Lättmjölk (0,5%)	6,50	1,5	dl	0,98	4 338 750	40	1,63	60
Lätta (40%)	15,50	10	gram (5g/skiva)	0,16	689 750	350	0,44	35
Wasa Husman	25,31	25	gram (12,5g/skiva)	0,63	2 815 738	310	0,82	78
<b>Sum</b>				<b>1,76</b>	<b>7 844 238</b>		<b>1,02</b>	<b>173</b>

### 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**

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

**10% dyrare per kcal.**

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

**931 327 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.konsumentsamverkan.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 lurendrejeri!**