

Folket är ett klokt folk

Här några kommentarer i Corren efter artiklarna om lättprodukterna i skolmaten i Linköping
<http://www.corren.se/forum/index.xml?forum=2&thread=581&msgid=5283&page=1>

[Är det rätt att bara servera lättprodukter till skolbarn? \(#5283\)](#)

Av [Moderator](#), 29 jan 2009 kl 06.56

Sedan nyår får barnen i Linköping lättprodukter i skola och förskola. Bregott har ersatts av Lätt och lagom. Det har fått både föräldrar och barn att reagera.

Läs artikel:

<http://www.corren.se/archive/2009/1/29/k2xxucf9s69ycbs.xml>

[Sv: Är det rätt att bara servera lättprodukter till skolbarn? \(#5287\)](#)

Av [klockren](#), 29 jan 2009 kl 09.26

Jag saknar verkligen ord.

Det var längesedan jag blev så upprörd, kompetensen hos berörda beslutsfattare är ju verkligen lika med noll.

*) Fetter i lättmargariner är processade på ett sådant sätt att det förstör fetterna och gör dem direkt dåliga.

*) Lättprodukter innehåller mängder av tillsatser för att de ska efterlikna ursprungsprodukten. Stabiliseringsmedel, konserveringsmedel, färgämnen, smakämnen, listan kan göras lång.

*) Livsmedelsverket är köpt av margarinindustrin, och sprider "forskningsresultat" sponsrade av denna industri som fakta. Dessa smutskastar de naturliga och nyttiga mjölkfetterna samtidigt som de lyfter fram de skadliga margarinfetterna som ett hälsoalternativ.

Jag vill att berörda beslutsfattare på kommunen pekar på relevant forskning som bevisar att barn blir feta av naturligt fett i maten, och inte på grund av att de

- 1) äter stora mängder socker vilket rubbar blodsockerbalansen och därmed ämnesomsättningen vilket gör att kroppen lagrar in fett
- 2) inte motionerar utan sitter stilla hela dagarna
- 3) får fel kost (lättprodukter, light etc) hemma

Tack för ordet och en stor tistel till Catharina Rosenkrantz; ditt beteende skadar inte bara barns hälsa utan motverkar även att de får en sund inställning till mat. Gör ett sunt val och ta istället helt bort margarin ur skolmaten!

(Redigerat av klockren 2009-01-29, kl 09:29)

[Sv: Är det rätt att bara servera lättprodukter till skolbarn? \(#5288\)](#)

Av [AgnesH](#), 29 jan 2009 kl 10.12

Det hela är så absurt att det är svårt att tro att det är sant! Jag blir så arg för jag trodde i min naivitet att varje människa idag var medveten om att tillsatser är av ondo!!

När trenden går mot renare mat som har visat sig ha positiva effekter på diabetes och allergier, då går kommunen mot strömmen och förgiftar våra barn!

I rekommendationer om mat till små barn framgår tydligt att de ska ha extra fett i maten. Hur ska det nu gå för 1-åringarna i förskolan?

Att se tiden an och se vem som har rätt är inte ett alternativ i det här, för det är med våra barns hälsa

som kommunen leker.

Istället för att ge sig på sockret i maten, går man på fett. Fett har människan fått i sig i århundraden, men sockerkonsumtionen har aldrig varit så hög som den är nu. Inte heller har allergier, diabetes och fetma varit så utbredd som det är nu. Märkligt att kommunens beslutsfattare inte har samvete att agera utifrån det, utan det enda de har för ögonen är att spara in några kronor.

Vi ska inte acceptera detta! Ni som har barn på dagis och skola, prata med fröknar och lärare, starta namninsamlingar och protestlistor. Det tänker jag göra!

Sv: Är det rätt att bara servera lättprodukter till skolbarn? (#5297)

Av [Elisabeth E](#), 29 jan 2009 kl 13.12

Det är verkligen inte bra. Helt fel väg att gå. Man ska också komma ihåg att många barn har mammor som bara köper lättprodukter för att de själva är inne i bantningsträsket. Nu kommer de barnen ALDRIG att få riktig mjölk, riktigt smör och så vidare med naturliga fettlösliga vitaminer i. Och till detta kommer då att t.ex. margarin innehåller skadliga tillsatser i form av emulgeringsmedel och annat.

Barn behöver också energi för att kunna springa och röra sig och utveckla sin motorik - men tyvärr har missuppfattningen spridits att man gör sina barn en tjänst genom att servera lättprodukter. De är MÅNGDEN mat i kombination med barnens aktivitetsnivå som avgör om de ska bli feta eller inte. De behöver inga lättprodukter!

Här hemma hos mig har vi bara riktigt smör och riktig mjölk - jag till och med steker allt i riktigt smör. Det blir ju mycket godare också!

Sv: Är det rätt att bara servera lättprodukter till skolbarn? (#5300)

Av [Litsfeldt](#), 29 jan 2009 kl 13.27

Barn- och utbildningsnämnden har noll kompetens inom ämnet nutrition. Har man ingen kompetens ska man naturligtvis ta hjälp. Den instans man sett som naturlig att ta råd ifrån var Livsmedelsverket. Barn- och utbildningsnämnden har mot bakgrund av omständigheterna handlat rätt.

Problemet är att Livsmedelsverkets kompetens inte heller är vad den borde vara och det borde definitivt inte få ge råd inom ämnet nutrition. De experter som under många år fått vara medlemmar i Livsmedelsverkets expertråd har under tiden fått betalning från livsmedelsproducenter. Ett exempel är en adjungerad professor som fått ersättning från Unilever, Dansucce och Carlshamns Mejerier (margarintillverkare). Andra har fått ersättning från t.ex. Vasabröd. Att tro att dessa experter inte skulle ha fårgats av vem som betalar deras lön får vara upp till var och en. Naturligtvis anser inte experterna att man ska äta naturligt smör när det finns kemiska smörjor i form av margarin som är billigt att tillverka för experternas "herrar". Livsmedelsverket kan inte visa med studier att naturligt mättat fett (som det finns mycket av i smör) är farligt. Man har försökt genom att delge oss 72 studier som visar detta men kvalitén på dessa studier är skrattretande och många av de uppräknade studierna handlar om andra saker än mättat fett(!).

Offren i den här tråkiga historien är barn, gamla och andra som lever på institutioner och som inte kan påverka sina matinköp själva. De som är fria att gå och handla sin mat kan se till att få hem riktigt smör, grädde och fisk som inte badar i berg av panering etc. De fria behöver inte leva på matlagningsgrädde med förtjockningsmedel och lightprodukter fulla av kemikalier. Men barnen förutsätts leva på så undermåliga och så billiga produkter som möjligt.

Den som vill veta mer om spelet bakom kulisserna kan läsa boken "Ideologin och pengarna bakom kostråden" av mig och Per Wikholm.

Lars-Erik Litsfeldt, författare

[Revision på allt i kosten \(#5302\)](#)

Av [ekomat](#), 29 jan 2009 kl 14.12

I mitt kostpolitiska arbete för bättre mat och mindre industrimat i storköken har jag utvecklat min förmåga att likt en hund sniffa reda på dåligt skötta köksverksamheter. Bedrövad ser jag att man i det här fallet får kämpa hårt för en sån här liten skitsak som smöret. Det finns säkert mycket större och viktigare fusk dolt i kökens inköpslistor. I smördebatten silar man mygg och sväljer kameler, men får samtidigt ett kvitto på hur stelbenta och okunniga många tjänstemän i matfrågor faktiskt är. Jag föreslår att ni beställer ut alla inköpshandlingar från er kommun, var tydliga och se till att få alla följesedlar. Ta hjälp av skickliga professionella matlagare och inköpare som kan hjälpa er att syna alla inköp. Leta efter oetiska produkter i listorna, gör en total revision. Jag kan försäkra er om att ni kommer finna miljövidriga produkter och ursprungsländer ni aldrig skulle drömma om att handla med. Ofta snubblar kommunen på egna grepp, då man har avtal mellan leverantör och kommun som säger att varorna skall vara producerade enligt svensk jordbruksnorm etc, fina policydokument som ofta åsidosätts i jakten på den billigaste och sämsta maten som överhuvudtaget går att uppbringa, det är nämligen det som anbud och kommunala upphandlingar handlar om. Att finna det billigaste som finns, och då blandar handlaren givetvis mer vatten i soppan, eller som här, i fett. Ett tungt arbete väntar den som åtar sig revisionsarbetet, industin och handlaren gör allt för att dölja ursprungsländer, men i slutänden leder det till friskare barn och en större förståelse för bra mat. Kom ihåg att söka i den färdiga maten, halvfabrikat och helfabrikat med schvungiga namn döljer ofta på hemligheter som protein från Asien och Afrika. Ge de stelbenta och okunniga tjänstemännen en hård match.

[Sv: Är det rätt att bara servera lättprodukter till skolbarn? \(#5303\)](#)

Av [kalle_b](#), 29 jan 2009 kl 14.14

På 1700-talet åt vi 0,4 kg socker per person och år
1800-talet: 4 kg
2005: **43 kg**

Tro att vi må bättre av minska fett. Fett verkar inte riktigt klokt. Fett innehåller nyttig energi istället för tomma sockerkalorier. Fett ger en långsiktig mättnadskänsla.

Det är socker och andra snabba kolhydrater man ska minska på istället.

Det är tyvärr Livsmedelsverket mot folket som gäller nu. Vi måste hitta dom politiker som insett sanningen och rösta fram dom. Det måste bli ett slut på vansinnet

[Sv: Är det rätt att bara servera lättprodukter till skolbarn? \(#5306\)](#)

Av [kalle_b](#), 29 jan 2009 kl 14.22

Och var finns dom som stöder Livsmedelsverket i den här debatten?? :-)

Tyvärr stöds dom bara av dom som är tysta och inte tillräckligt insatta i frågan. Av dom som är engagerade och pålästa är det en förkrossande majoritet som inte har förtroende för Livsmedelsverket.

[Sv: Är det rätt att bara servera lättprodukter till skolbarn ? \(#5353\)](#)

Av [Elisabeth_Error](#), 30 jan 2009 kl 16.54

På tal om vad riktig mat är...

I min dotters skola hade några äldre tjejer frågat personalen i matsalen varför dom inte fick Bregott längre ? Till svar fick dom : Man blir tjock av Bregott. En helt omdömeslös kommentar enligt mig, när kroppsfixeringen hos tjejer idag kryper längre och längre ner i åldrarna.

Sv: Är det rätt att bara servera lättprodukter till skolbarn? (#5344)

Av [Blixt_Gordon](#), 30 jan 2009 kl 11.45

LÄTTMJÖLK OCH LÄTTMARGARIN I SKOLAN? NEJ TACK!

Vi skall aldrig acceptera lättmjölk och lättmargarin som enda alternativ till hunger i skolan. Jag har samlat ihop många bra argument (även ekonomiska) för fullvärdig mjölk och smör eller Bregott.

>> <http://www.jobbpardiet.se/margarin.htm>

Beslutsfattarna inom kommunerna förstår inte vad de fattar beslut om, de har också blivit grundlurade. De måste inte följa tokiga rekommendationer även om de kommer från "ovan".

Upplys era befattningshavare genom att dela ut foldern nedan och tala om att ni inte accepterar kostdiktatur i er kommun. Fram tills det blir en förändring är mitt råd att inte röra margarinet, den typen av fett vill vi inte ha i våra cellmembran eller i vår hjärna.

Dessutom blir det betydligt dyrare. En aktiv budgetmodell finns att hämta från min sida och här kan du se ett exempel med 500 elever där det blir drygt 40 000 kr dyrare per år att servera lättprodukter.

>> <http://www.jobbpardiet.se/pdf/Smörbudget.PDF>

Här kan du se hur mycket dyrare det är att privat handla omestrat vattenutspätt industrifett jämfört med naturligt, näringsrikt och mättande smör. Lättmargarin är 40 % dyrare än Bregott om vi räknar bort det tillsatta vattnet.

>> http://www.jobbpardiet.se/pdf/margarin_dyrast.PDF

Endast människan är dum nog att äta industrifett. Margarin ratas av mögel, insekter, gnagare och fåglar (jag testade i somras, och efter drygt två månader ute i det fria var allt smör uppätet och margarinet stod kvar). Hur kan mögel, insekter, gnagare och fåglar veta att margarin inte är mat?

Se hur margarin tillverkas och du kommer aldrig att köpa industrifett igen och absolut inte tillåta dina barn att äta "kemins gula skokräm" som doktor Annika Dahlqvist brukar säga.

>> <http://www.jobbpardiet.se/pdf/Margarintillverkning.PDF>

Om inte vi vuxna ställer upp för våra barn och agerar mot Livsmedelsverkets kostråd utan grund i vare sig vetenskap eller sunt förnuft. Vem skall då göra det?

Docent Uffe Ravnskov har gått igenom den lista på 72 artiklar som SLV levererat som svar på hur vi skall förhålla oss till fett. Citat från Uffe:

"Min sammanfattning är enkel. Livsmedelsverkets specialister är en samling hopplöst okunniga amatörer som inte begriper vad de läser!"

>> http://blogg.passagen.se/matfrisk/entry/husorgan_f%C3%B6r_lchf

>> <http://www.kostdoktor.se/skramselpropaganda-av-amatorer>

Fettbluffen är troligen århundradets största bluff - med långtgående konsekvenser för enskilda människor och för samhällsekonomin.

Oj, vad lurade vi blir!

PS. Glöm inte skriva på namninsamlingen för helmjölk och smör/Bregott som Sveriges Konsumenter i Samverkan har initierat;

>> <http://www.konsumentsamverkan.se>

>> <http://www.namninsamling.se/index.php?nid=2818>

(Redigerat av [Blixt_Gordon](#) 2009-01-30, kl 12:34)

Sv: Är det rätt att bara servera lättprodukter till skolbarn? (#5355)

Av [AV0123](#), 30 jan 2009 kl 19.21

Jag blir som de flesta andra rent ut sagt ursinnig. Jag betalar kommunens kostansvarigas lön. Jag vill avsäga mig mitt bidrag dit!!!

Jag vill inte att mina barn äter bantarmat! De är underviktiga och utövar energikrävande idrott och de behöver röd mjölk, bregott och allt annat som ger energi av. Vad ska kommunen lägga till maten för att barnen ska få i sig tillräckligt med kalorier?

Bygg inte hela strategin på någras överviktproblem och på tvivelaktiga råd från livsmedelsverket. Jag ger inte ett ruttet lingon för de råden.

Det finns också rätt många som som är underviktiga och behöver all energi som de kan få! Ska jag be om intyg att mina barn behöver fettdiet?

Håll i huvudet hos kommunen och jag vill inte bidra till denna idioti.

Läs mer:

[Debatten om mat >>](#)

[Maten i Skolan >>](#)

[Debatten om fett >>](#)