



E-förslag i Norrtälje kommun

Ärendenummer	190925-EFORSLAG-QS67
Inskickat	2019-09-25 08:23

Lämna ett förslag

Rubrik som sammanfattar förslaget	Svenskt smör till alla barn i skola och förskola
-----------------------------------	--

Förslag:

- jag föreslår att till alla skolmåltider ska barnen erbjudas svenskt smör

Beskrivning:

Livsmedelsverket förespråkar idag att vi ska begränsa vårt intag av fett till 30% av vårt dagliga näringsintag och att huvuddelen av det fett vi äter, ska vara omättade fetter. Mättade fetter, vilka vi hittar i exempelvis smör, fullfet gräddor och naturligt feta köttprodukter ska, enligt livsmedelsverket, begränsas till max 10% och den största delen av vår energi ska vi få från kolhydrater (55%). Så har våra näringsrekommendationer sett ut sedan början av 80-talet och sedan dess har övervikt, hjärt- och kärlsjukdomar och diabetes typ 2 inte bara ökat, det drabbar oss redan som barn och unga.

Beskrivning

De senaste årtiondena har forskningen inte kunnat bevisa att naturligt mättat fett skulle öka risken för varken hjärt-kärlsjukdomar, övervikt eller diabetes (exempelvis: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27697938>, <https://academic.oup.com/ajcn/article/91/3/535/4597110>). Tvärtom visar flera studier att en kost rik på naturligt fett, men istället låg på raffinerade kolhydrater, minskar risken för nämnda sjukdomar, eller till och med reverserar symptomen (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5865541/>). Just nu inleds arbetet med att uppdatera de nordiska näringsrekommendationerna (klara 2022) och med den forskning som finns idag, är det svårt att argumentera att naturligt mättat fett skulle vara en hälsorisk.

Att forskning på kostvanor är komplicerat är föga förvånande. Det är både svårt att följa kostvanor under lång tid och att sätta upp studier som rättvist jämför kostvanor, eftersom det är så många faktorer som spelar in på vår hälsa. Men vad man ändå verkar vara överens om är en hälsorisk, och något som våra barn får i sig alldeles för mycket av, är processad mat, transfetter och socker.

Det margarin som idag erbjuds vid skolmåltider är en processad produkt med en lång innehållsförteckning, som inte tillför våra barn den näring som deras kroppar behöver. Istället bör de serveras en näringstät och oprocessad produkt, smör, som gör att de äter bra och håller sig mätta, pigga och redo att lära in. Våra barn förtjänar svenskt smör!

Namn	Karin Beronius
E-post	Karin@tartstugan.se
	Jag har tagit del av Norrtälje kommuns hantering av personuppgifter.



Information om förslaget

Röstningsperiod

09/25/2019 00:00:00 - 12/23/2019 00:00:00

Status

Inväntar ställningstagande

Antal röster

76