

## MERENDA CON GREEN :

**La merenda** nella scuola dell'Infanzia è un momento molto importante che assume una triplice valenza:

- **nutrizionale**
- **educativa**
- **aggregativa**

La merenda a scuola non deve sostituire la colazione.

Se le bambine e i bambini non fanno colazione al mattino, non forniscono il proprio corpo delle sostanze necessarie per poter sentirsi attivi fino al momento dell'intervallo.

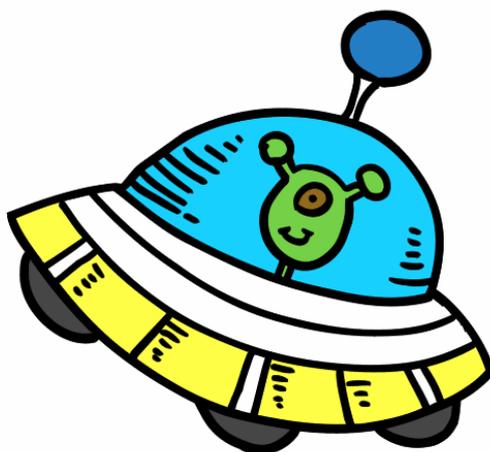
La merenda a scuola dovrebbe essere **leggera e ben bilanciata** altrimenti si corre il rischio di far mangiare troppo le bambine e i bambini che arriveranno già sazi all'ora del pranzo.

In questo nuovo anno scolastico, le maestre della Scuola dell'Infanzia di Giano e Bastardo chiedono alle famiglie un piccolo aiuto a collaborare in un'ottica di educazione alimentare che si intende abbracciare anche in relazione al Progetto d'Istituto "GreenGiano" che ci vede tutti coinvolti.

Abbiamo preparato un elenco settimanale di alimenti per la merenda a scuola, che si pone come suggerimento ma che speriamo vogliate fare vostro al fine di far acquisire ai vostri figli corrette abitudini alimentari confrontandosi tra di loro.

Le insegnanti di Giano e Bastardo

# MERENDA CON GREEN



LUNEDÌ': FRUTTA (GIÀ TAGLIATA, LAVATA O SBUCCIATA)  
O YOGURT

MARTEDÌ': PANINO ( AFFETTATI, FORMAGGI, MARMELLATE,  
PANE E OLIO..)  
O UN PICCOLO PEZZO DI PIZZA  
O UN PACCHETTO DI CRACKER

MERCOLEDÌ': UN FETTA DI DOLCE  
O BISCOTTI  
O UN DOLCETTO

GIOVEDÌ': FRUTTA (GIÀ TAGLIATA, LAVATA O SBUCCIATA)  
O YOGURT

VENERDÌ': PANINO ( AFFETTATI, FORMAGGI, MARMELLATE,  
PANE E OLIO..)  
O UN PICCOLO PEZZO DI PIZZA  
O UN PACCHETTO DI CRACKER

ACQUA NELLA BORRACCIA - NO BEVANDE DI ALCUN GENERE