SPUNTINO SANO

Un'alimentazione sana ed equilibrata durante l'età evolutiva è condizione indispensabile per crescere bene e, da adulti, mantenersi in forma.

Sodexo, da sempre molto attenta al tema dell'educazione alimentare, propone alcune iniziative volte a favorire il consumo di cibi sani e corrette abitudini.

Il progetto **"spuntino sano"** si inserisce a pieno titolo in questi percorsi, "spostando" la frutta prevista per il pranzo al mattino, da utilizzare come spuntino.

La frutta servita alla fine del pasto infatti spesso risulta consumata solo in parte; tale alimento invece è fondamentale soprattutto nella dieta in età scolare per l'apporto di **vitamine**, **sali minerali** e **carboidrati** di facile digestione.

Allo scopo di incentivarne il consumo, in accordo con l'Amministrazione Comunale e la scuola, Sodexo propone tra le iniziative di educazione alimentare di anticipare a metà mattina la frutta del pasto, stimolando così una buona abitudine evitando di mangiare alimenti ricchi di grassi e zuccheri.

Il progetto, già previsto per la scuola primaria, verrà attivato anche per la scuola dell'infanzia a partire da Lunedì 3 Aprile 2023.