



Azienda sanitaria universitaria
Friuli Centrale (ASU FC)



Il Contratto della Merenda
a.s. 2023/24

PROGETTO DI EDUCAZIONE ALIMENTARE
CONDIVISO FRA SCUOLA, FAMIGLIA,
COMUNE E AZIENDA SANITARIA.

FOGLIO INFORMATIVO



Il "Contratto della merenda"

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
⇒ Frutta/ Verdura da casa	⇒ Pane Speciale Scuola	⇒ Yogurt o dessert Scuola	⇒ Frutta/ Verdura da casa	⇒ Pane Speciale Scuola	⇒ Frutta/ Verdura da casa



Il contratto della merenda



Informazioni generali

Il contratto della merenda prevede uno spuntino di metà mattina con alimenti semplici e sani.

Cari genitori,

L'edizione 2023/2024 dell'iniziativa denominata "Contratto della Merenda" è prossima a prendere avvio ed è aperta, come sempre, a tutte le scuole primarie e secondarie di primo grado anche se non interessate dal servizio di ristorazione scolastica.

La nostra scuola aderisce a questo importante progetto di educazione alimentare avviato 20 anni fa grazie all'impegno del Comune di Udine e alla collaborazione dell'Azienda Sanitaria Universitaria Friuli Centrale.

Per la riuscita del progetto il vostro appoggio è una risorsa da sempre indispensabile. L'educazione alimentare è infatti tanto più efficace quanto più famiglia e scuola esprimono un orientamento comune.

L'avvio del progetto è previsto per il mese di ottobre 2023. L'adesione viene perfezionata attraverso un modulo da compilare e far pervenire agli insegnanti.

Pur se motivi organizzativi imporrebbero una percentuale minima di adesioni per confermare il servizio, il Comune, nell'ottica di incentivare questa virtuosa abitudine alimentare, si propone di accettare tutte le richieste pervenute, comprese quelle presentate in corso d'anno scolastico, a progetto ormai avviato.

Per ulteriori chiarimenti potete rivolgervi agli insegnanti dei vostri figli oppure agli uffici comunali della Ristorazione Scolastica:

Recapito telefonico: 0432 -4772 720

E-mail: ristorazione.scuole@comune.udine.it

**I dirigenti scolastici
degli Istituti Comprensivi di Udine**

Il Comune si impegna a fornire gratuitamente pane fresco o yogurt/dessert (tenuto conto delle intolleranze) tre volte la settimana, mentre negli altri giorni la famiglia farà portare da casa ai bambini frutta o verdura.

Non abbiate timore che questa merenda sia scarsa: dopo una buona colazione, è sufficiente per arrivare a pranzo con appetito!

La fiducia nei confronti del progetto, il sostegno di genitori ed insegnanti, il consumo della stessa merenda insieme e... un pizzico di fantasia nella proposta delle merende, aiuteranno i bambini a vivere questa esperienza con entusiasmo.

Scegliete la frutta e la verdura con i vostri figli a seconda della stagione.

Viamo benissimo le mele, meglio se già sbucciate (in questo caso aggiungete qualche goccia di limone per non farle annerire), uva, pere, banane, arance, mandarini, kiwi, fragole, ciliegie... oppure pomodorini, carote, cetrioli, finocchi o altra verdura. Anche una macedonia o una spremuta possono andare bene, in un contenitore ben chiuso!

Una valida alternativa può essere la frutta secca o disidratata, che può anche integrare quella fresca.

Vi chiediamo di non aggiungere altro nello zainetto.

Per bere andrà benissimo l'acqua di rubinetto!