



AL PERSONALE DOCENTE E ATA

AI GENITORI

ALL'ALBO

OGGETTO: AVVIO REFEZIONE SCOLASTICA

Si comunica che la refezione comunale sarà avviata in data 5 Ottobre e contestualmente anche il rientro per le classi a tempo antimeridiano.

Il servizio è destinato alle classi a tempo pieno.

Le classi a **tempo antimeridiano**, durante il rientro del Giovedì, consumeranno uno snack secondo le indicazioni suggerite di seguito.

INDICAZIONI PER IL PASTO PORTATO DA CASA DA CONSUMARE A SCUOLA PER LE CLASSI A TEMPO ANTIMERIDIANO DURANTE IL RIENTRO DEL GIOVEDÌ.

Si raccomanda di prendere in considerazione alimenti che prevedano un minimo ingombro.

Il pasto portato da casa **può essere** costituito da:

- 1) **Pane imbottito +verdura+frutta+acqua.** Utilizzare pane comune (preferibilmente a ridotto contenuto di sale) o integrale.

Accompagnare il panino con una porzione di verdura di stagione cruda e cotta (es. carote, insalata, finocchi, pomodori, fagiolini, zucchine, ecc). Se non si riesce a portare un contorno separato mettere della verdura nel panino (ad es. fette di pomodoro, insalata o altra verdura di stagione). Non è consentita l'aggiunta di salse (maionese, salsa rosa, salsa tonnata, ecc.)

Il panino può essere imbottito con:

- hamburger
- formaggi stagionati (evitare la mozzarella)
- uovo sodo già sgusciato a fette o frittata
- salumi magri.

- 2) **Pizza + verdura+frutta+acqua.** Pizza Margherita o alle verdure. Completano il pasto una porzione di verdura e un frutto fresco di stagione o mousse di frutta senza zuccheri aggiunti.

3) Insalatona + frutta+pane+acqua. Può essere proposta anche come insalata di cereali fredda (pasta, riso, grano, orzo, farro) con aggiunta di legume/ formaggio/ uovo sodo/tonno, verdura, frutta secca. Completano il pasto una porzione di verdura e un frutto fresco di stagione o mousse di frutta senza zuccheri aggiunti.

NON SONO AMMESSE PATATINE E SNACK DOLCI (es. biscotti, merendine)

UNICA BEVANDA AMMESSA È L'ACQUA. NON SONO AMMESSE BIBITE GASSATE, ZUCCHERATE, THE IN BRICK.

TEMPI

Al fine di consentire il normale svolgimento delle attività scolastiche, il pasto da casa andrà fornito **al mattino**, nella cartella o in altro contenitore a parte.

Non saranno tollerate consegne successive all'orario di ingresso nè sarà possibile ricevere pasti da punti di ristorazione esterni (Delibera del Consiglio di Istituto)

LA DIRIGENTE SCOLASTICA

Susanna Capalbo

Firma autografa sostituita
da indicazione a mezzo stampa ai sensi dell'art.3 c.2 del D.L.vo n.39/93