



Istituto Comprensivo "Giovanni XXIII"

Via Ammiraglio Curzon, 34 – 89018 Villa San Giovanni (RC)

Tel. 0965751533 - Fax 0965700406 – C.F. **92081280809** – C.M. **RCIC855001**

rcic855001@pec.istruzione.it – www.icgiovannixxiii.edu.it – Codice Univoco Ufficio UFE9TC

Alle famiglie degli alunni frequentanti
la scuola primaria e secondaria di primo grado
Al personale docente
All' Albo
Al Sito Web

CIRCOLARE N. 32

OGGETTO: SPUNTINO VELOCE A SCUOLA-CHIARIMENTI

Cari genitori,

in considerazione dell'avvenuta introduzione della settimana corta nel nostro istituto per l'anno scolastico 2023-2024, occorre chiarire quanto segue. Durante l'attività didattica sono previsti 2 momenti di pausa (circa 10 minuti ciascuno) durante i quali gli alunni potranno assumere uno spuntino **al fine di garantire il loro sviluppo fisico attuale e una buona salute futura in coerenza con la promozione del diritto alla salute degli alunni.** Lo spuntino, che non sostituisce una buona prima colazione, è fondamentale affinché i ragazzi si ricarichino di energia. Si suggerisce, pertanto, degli alimenti facilmente digeribili, ricchi di carboidrati e poveri di grassi che non appesantiscano i ragazzi, riducendo la loro soglia di attenzione da variare il più possibile nel corso della settimana:

- Panino condito (con olio, pomodoro, marmellata, affettati magri, formaggio)
- Frutta fresca di stagione
- Frutta secca
- Yogurt bianco o alla frutta
- Biscotti e torte fatte in casa

Si consiglia inoltre, di evitare bibite gassate e succhi zuccherati, preferendo acqua in bottigliette di plastica riutilizzabili.

Si ringrazia anticipatamente, confidando nella piena, fattiva, indispensabile partecipazione.

Cordialmente

Villa San Giovanni, 21/09/2023

IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Dott.ssa Luisa Antonella Ottanà
*Firma autografa omessa ai sensi
dell'art. 3 del D.Lgs. n. 39/1993*