VareseNews

A lezione di prima colazione “salutista”

Pubblicato: Venerdì 23 Ottobre 2009

Nutrirsi in modo corretto è un obiettivo ancora lontano in Italia, nonostante secoli di ottima cucina ed una tradizione alimentare di altissima qualità. I dati del Ministero della salute mettono in luce le diverse problematiche che hanno condotto a predisporre giornate di riflessione e di presa di coscienza di quanto, soprattutto i giovani, si nutrano in modo scorretto e non salutare tanto che negli ultimi 5 anni gli obesi in Italia sono cresciuti del 25%.

L'OBESITY DAY, celebrato il 10 ottobre scorso e nato qualche anno fa a livello nazionale è una giornata che vuole aiutarci a migliorare la qualità dell'alimentazione dei nostri ragazzi e per questo motivo, **l'Istituto alberghiero De Filippi, insieme al Dipartimento di Prevenzione del Sian dell'Asl di Varese**, ha promosso una iniziativa per la giornata del 17 ottobre e del 21 novembre 2009. .

I 120 studenti delle classi prime e seconde saranno introdotti dalle ore 9.00 nelle giornate dal Preside Prof. **Giovanni Baggio** e dalla Dott.ssa **Antonietta Bianchi** del SIAN di Varese che parlerà del tema di quest'anno: **la prima colazione**. Lo chef Ivan Gualandi poi presenterà il **menù per il dietetico che gli studenti a partire dalle ore 10.30 prepareranno e proporranno ai loro genitori nel pranzo che avrà inizio alle ore 13.15, presso il Ristorante della Scuola**.

Un'occasione ghiotta, è il caso di dirlo, per comprendere sempre meglio che mangiar bene non significa rinunciare al gusto e al piacere della tavola, quanto scegliere gli elementi compatibili e le grammature corrette.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it