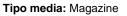


#### Famiglia Cristiana (ITA)

Paese: it Pagina: 76-81

Readership: 1793000

Diffusione: 345636

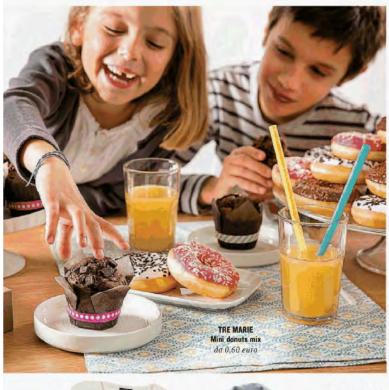




▶ 10 Gennaio 2016 - 60002



N°2 · 2016 FC · VITA IN CASA



## IL PASTO PIÙ IMPORTANTE

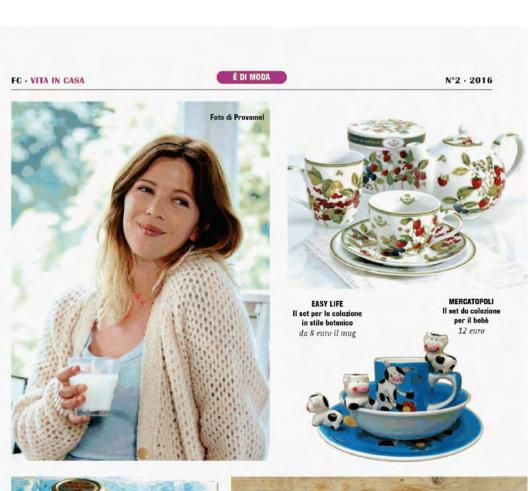
#### ANCHE A SCUOLA SERVONO ENERGIE

Come evidenzia un'indagine condotta da Kellogg su gruppi di bambini dai 6 ai 14 anni, la maggior parte dei piccoli fanno colazione in solitudine. Va meglio la domenica: il 44% dei bambini fa colazione insieme alla famiglia. In Italia tanti bambini non fanno una colazione sana a causa di diete scorrette, ma molti non possono per indigenza. Oltre 4,1 milioni

ma molti non possono per indigenza. Oltre 4,1 milioni di persone si trovano in uno stato di povertà assoluta e di queste oltre 1 milione sono minori. Saltare la colazione o non introdurre la giusta quantità di nutrienti ha un forte impatto sul rendimento scolastico: I bimbi che arrivano affamati a scuola fanno fatica a concentrarsi

fanno fatica a concentrarsi e non riescono a contribuire al lavoro di classe.









78

N°2 · 2016

FC · VITA IN CASA

Rucaneve

Crisciele

Carrel



SOTTOCOPERTA Le vestagliette dolcis

# BISCOTTI SÌ MA SALUTARI CON TANTE FIBRE O SENZA GLUTINE

Sono sempre di più le persone che non rinunciano alla bontà di biscotti e dolcetti pur facendo attenzione alla dieta. Di Germinal Bio i Biscotti vegan con farina macinta a pietra. Dall'11 gennaio, per 8 settimane, i frollini Bucaneve Doria, fra i più classici biscotti italiani, saranno invece protagonisti della promozione "Vinci la Spesa". Da Balocco le nuove Cruschelle sono ricche di fibra e frutta. Infine, per chi è intollerante al lievito, i Novellini di Céréal.









### UN AIUTO IN CUCINA ANCHE ALL'ORA DEL CAFFELATTE

Non ci sono più scuse per chi dice di non avere tempo per consumare una colazione completa. Con le macchine per il caffè che funzionano a cialde, la corroborante bevanda è pronta in pochi secondi. Alcune offrono la possibilità di scaldare il latte e fare il cappuccino. Se piacciono croissant e waffle caldi, da farcire o già farciti, ci sono quelli surgelati, da infilare nel forno appena svegli. All'ora di uscire sono caldi e fragranti (a destra, Waffles Dolce Buongiorno Findus).



80

N°2 · 2016 FC · VITA IN CASA

