



# ALLA SCOPERTA DI ODORI E COLORI DELLA NOSTRA TERRA



L'OLIVA

Laboratorio  
Biblioteca

12/11/25



ABC  
merenda

LA MERENDA COMPLETA  
ED EQUILIBRATA STUDIATA  
CON L'ESPERTO IN NUTRIZIONE  
DOTT. GIORGIO DONEGANI

TO SI BASA SUL FABBISOGNO DI  
BINO TRA GLI 8 E I 10 ANNI  
ARE A MERENDA CIRCA 200 KCAL.

QUESTO FABBISOGNO DI  
APPORTATO IN MODO  
✓ PER IL 45-60% DA  
✓ PER IL 10-20% DA PROTEINE  
✓ PER IL 20-35% DA GRASSI



LA VENDEMMIA

