

# 20 merende Per La Scuola

## (Primavera 2012)

FRUTTA DI STAGIONE BIO E A KM ZERO	data
• fragole	
• albicocche	
• nespole	
FRUTTA SECCA BIO	
• mandorle	
• nocciole	
• mele	
• prugne	
PANINI	
• panino pane e marmellata*	
• panino pane e miele*	
• panino con formaggio spalmabile*	
HOME MADE	
• fetta di plum cake	
• fetta di torta	
• muffin	
• pane all'uvetta o altri gusti	
• barretta di cereali	
• biscotti	
LAST MINUTE	
• crackers	
• grissini	
MERENDE FRESCHE	
• yogurt*	
• parmigiano a cubetti*	

\*merende che devono stare in frigo o borsa frigo fino all'ultimo

### DA BERE:

- Borraccia con acqua fresca
- Succo di frutta homemade