

«Contratto della Merenda»

a.s. 2026/27

COMUNE DI UDINE



La pausa sana per tutti



Cari Genitori,

siamo alla 23ª edizione del Progetto “*Contratto della Merenda*”, che anche per l’anno scolastico 2026/27 riparte grazie alla collaborazione tra famiglie, scuole e Azienda Sanitaria Universitaria Friuli Centrale, con il Comune di Udine che si fa carico di organizzazione e costi.

L’obiettivo è promuovere abitudini alimentari sane attraverso uno spuntino semplice e leggero a metà mattina. Dopo una buona colazione bastano pane fresco, yogurt, frutta o verdura di stagione per arrivare al pranzo con appetito, evitando snack troppo calorici o bevande zuccherate.

Tre volte alla settimana, le scuole distribuiscono gratuitamente pane speciale o yogurt, grazie al supporto del Comune di Udine. Le proposte tengono conto delle eventuali intolleranze alimentari.

Negli altri giorni, le famiglie sono invitate a proporre frutta o verdura fresca, anche sotto forma di macedonia, spremuta o frutta secca.

Un pizzico di creatività, condiviso con i propri figli, può rendere il momento della merenda ancora più piacevole!

La forza del progetto è la partecipazione di tutti: quando famiglia e scuola trasmettono lo stesso messaggio educativo, i bambini lo accolgono con entusiasmo e naturalezza.

Per iscriversi: accedere al portale udine.ecivis.it con SPID o CIE o inquadrando il QR code



Azienda sanitaria universitaria
Friuli Centrale (ASU FC)

Compilare il modulo “*Contratto Merenda 2026/27*” entro il **25 ottobre 2026**.



Insieme possiamo trasformare la merenda in un’occasione quotidiana di salute, educazione e condivisione.