

Giacomo Biasucci

Monica Ravasini

Al Ristorante Arcobaleno

...Vieni con noi a mangiare i colori!



Società Italiana di Pediatria Preventiva e Sociale



Letteratura Scientifica per bambini

Anteprima Editoriale



Contenuti

Introduzione

Al "Ristorante Arcobaleno"

Il sogno di Iris

Sala Rossa

Sala Rossa - Introduzione di G. Biasucci

Processo alla Pasta

Sala Giallo-Arancione

Sala Giallo-Arancione - Introduzione di G. Biasucci

Iris al MayaBar Xocolatl

Iris al MayaBar Xocolatl - Introduzione di G. Biasucci

Sala Verde

Sala Verde - Introduzione di G. Biasucci

Bimbi cannibali

L'allegria brigata dell'acqua bagnata

Sala Bianca

Sala Bianca - Introduzione di G. Biasucci

Il risveglio di Iris



Questo volume rientra nella Campagna di Educazione Nutrizionale "Mangiar bene... conviene".
E' uno strumento di Educazione alla Salute per le famiglie e le scuole.



Sala Rossa

Ciao **Iris**, benvenuta nel regno del colore!
Sai, mangiando a colori, si cresce sani!
Ricorda: nei colori c'è un mondo meraviglioso!
"E' vero!" - Esulta un grosso **pomodoro** tondeggiante.
"Della terra gran tesoro sono io, messer pomodoro. In me il licopene scorre a fiotti e mi si gode in piatti crudi oppure cotti!"

M. Ravasini

Il pomodoro è molto ricco di fenoli, sia sotto forma di licopene che di antocianine che aumentano la loro concentrazione con la maturazione e che conferiscono un colore più intenso.

G. Biasucci



Sala Giallo Arancione

*“Gli alimenti di colore giallo-arancione come carote, melone, albicocche, devono il loro colore all’elemento contenuto, i carotenoidi, che sotto forma di beta carotene sono la parte alimentare di **pro-vitamina A**”.*

G. Biasucci

“Hei, mai visto un albero così pieno di frutti diversi attaccati a lui solo!

*Guarda che strana parola.... **BETACAROTENE**.*

Cosa sarà mai?”

*“E’ una sostanza essenziale alla vita degli uomini, Iris, dovresti saperlo” pronuncia solenne il **pro-Albero** iper-vitaminizzato.*

M. Ravasini





**In fase di pubblicazione
Gennaio 2007**



*Il volume è un Progetto Editoriale per promuovere l'Educazione alla Salute
per le famiglie e le scuole.*

