

## LA COLAZIONE DEGLI ITALIANI

Nel corso degli anni è cambiato il modo di fare colazione degli italiani. Secondo un'indagine della Doxa\* sono aumentate le persone che non fanno colazione. Oggi solo l'86% (contro il 92%) fa colazione regolarmente. I numeri esatti: sono raddoppiate le persone che non fanno mai colazione (dall'8% al 14%), per queste ragioni: hanno lo stomaco chiuso (50%), preferiscono fare uno sputino a metà mattina (47%), non hanno tempo (34%), preferiscono fare un pranzo più abbondante (37%).

Per colazione di solito gli italiani mangiano biscotti (58%) o pane e/o fette biscottate, spesso con marmellata o con miele (19%). Sempre più italiani consumano cereali, brioches/cornetti e yogurt. Tra le bevande il 35% degli italiani preferisce il latte, il 33% il caffè, il 28% il caffelatte o il cappuccino e il 14% il tè.

Secondo i nutrizionisti la colazione è uno dei pasti più importanti, quello con cui dobbiamo assumere alimenti che ci danno le energie per tutta la giornata.



\*Doxa: istituto specializzato in sondaggi e ricerche di mercato

### Adesso rispondi alle domande:

1. Sempre meno italiani fanno colazione.	V	F
2. L'8% degli italiani non fa mai colazione.	V	F
3. Gli italiani preferiscono mangiare biscotti.	V	F
4. Per colazione gli italiani mangiano sempre pane e marmellata.	V	F
5. I nutrizionisti dicono che è importante fare sempre colazione.	V	F

**Apparecchiamo la tavola. Scrivi il nome sotto agli oggetti.**

PIATTO – BICCHIERE – COLTELLO – FORCHETTA – APRIBOTTIGLIA  
CUCCHIAIO – TOVAGLIA – TOVAGLIOLO – BOTTIGLIA



**Completa le frasi con la parola adatta.**

1. Mangio la pasta con ..... (la forchetta/il cucchiaio/il coltello).
2. Verso il vino nel ..... (piatto/bicchiere/coltello).
3. Taglio la bistecca con ..... (il coltello/il cucchiaio/la tovaglia).
4. Pulisco la bocca con ..... (la tovaglia/il bicchiere/il tovagliolo).
5. Bevo il caffè con ..... (la tazzina / il vassoio /il tovagliolo).
6. Apparecchio la tavola con ..... (il piatto/la tovaglia/il coltello).

Il menù è tutto sbagliato! Guarda il menù e rimetti in ordine le pietanze.

## SECONDI PIATTI

il salmone, l'arrosto, il minestrone

## PRIMI PIATTI

il risotto, il prosciutto e melone, il gelato,  
il vino rosso, le patate fritte

## ANTIPASTI

le penne all'arrabbiata, le olive, il tiramisù,  
la crostata, l'insalata mista

## BEVANDE

l'acqua frizzante, la macedonia, gli gnocchi, le carote, i funghi

## CONTORNO

il vino bianco, la verdura, il pollo, la bruschetta, il digestivo

POLCI

i ravioli, il formaggio, gli affettati misti

## ANTIPASTI

*il prosciutto e melone,*