



A SCUOLA CON IL SOR...RISO

Con l'inizio della scuola, sono mille i pensieri di chi rientra a scuola e al lavoro ... **Riso Scotti Snack ne toglie uno: quello della merenda e dello snack rompi-digiuno, per garantire anche ai ragazzi un'alimentazione variata ed equilibrata.**

L'attenzione all'alimentazione dei ragazzi al fine di assicurare il pieno di energie, fisiche e mentali è un elemento importantissimo per supportarli nei momenti di studio e apprendimento. Ed è innegabile che durante i periodi di scuola e di intensa attività i ragazzi abbiano bisogno di un maggior apporto calorico: una certezza, questa, che però non si può tradurre in scelte generaliste.

È importante, infatti, non confondere l'apporto energetico con il quantitativo di grassi, specialmente quelli saturi e idrogenati. Per questo è bene non rimpinzarsi con tipologie di prodotti, magari anche golosi, non del tutto idonei alle esigenze del periodo, oltre che difficili da digerire e assimilare, e privilegiare invece spuntini gratificanti, sani e variati.

La colazione del mattino, la merenda di mezza mattina e il break del pomeriggio assumono una grande importanza nell'equilibrio alimentare della giornata. Perché, al di là dei due pasti principali, sono proprio le pause - i rompi-digiuno - ad incidere sulla fame, influenzare le abitudini, e di conseguenza decretare un equilibrio nutrizionale bilanciato.

Tanta frutta, tanta verdure, ma anche ... snack! Purché rispondano a regole alimentari sane.

Non tutte le merendine e gli snack in generale fanno male: è sbagliato generalizzare e demonizzare; al contrario, mangiare uno snack a metà mattina e metà pomeriggio può fornire il giusto contributo calorico ed energetico permettendo di non arrivare ai pasti affamati, e quindi con il rischio di assumere troppe calorie.

I grassi utilizzati nella produzione degli snack sono fondamentali: meglio prodotti senza grassi vegetali idrogenati, e con farina di riso, se possibile integrale, che è più facilmente digeribile e fornisce energia immediata, oltre ad un buon contenuto di fibra.

È importante variare l'alimentazione, ed è altrettanto importante leggere le etichette, i valori nutrizionali e le assunzioni percentuali di riferimento (cioè la dose massima giornaliera consigliata) dei vari prodotti consumati - indicazioni obbligatorie che rendono le etichette trasparenti - e quindi mangiare in modo consapevole cercando sempre di approfondire temi e informazioni nutrizionali sia qualitative che quantitative in merito ai prodotti.

Per informazioni

Riso Scotti Snack - Via Angelo Scotti 2 - 27100 Pavia, Italia
+39 0382 508301 - servizioclienti@risoscottisnack.it - www.risoscottisnack.it

Ufficio stampa

Laura Quattrocchi +39 348 8715526 - quattrocchi@risoscotti.it



L'impegno Riso Scotti Snack

Riso Scotti Snack, specialista nel riso, propone prodotti altamente innovativi, tutti con il pregio e le valenze nutrizionali e qualitative del riso. Ha sviluppato proposte idonee alla destrutturazione dei pasti e alle pause snack "fuori pasto", dolci e salate, variegate e con differenti contenuti nutrizionali. Dal "senza glutine" (Cannoli, Cracker, Minirisette, Croccanti, Wafer e Brownie), ai prodotti integrali e a basso contenuto calorico (Cracker di riso, anche integrali con Quinoa), ai prodotti salati, al puro cioccolato sia al latte che fondente in abbinamento al riso (Ciocco e Riso, Sandwich, New generation Crunchy e Coco Dream), ai prodotti biologici (Cracker di riso integrali con Quinoa e 100% riso), agli abbinamenti frutta secca e riso (linea croccanti) sempre senza glutine: tutte soluzioni veloci nel consumo ma di eccellente pregio organolettico, molto gratificanti ma con elevata garanzia qualitativa e nutrizionale. Perfetti per chi studia, per chi fa sport, per chi ama tenersi e sentirsi in forma attraverso un consumo quantitativamente corretto in abbinamento a sani stili di vita. Prodotti gustosi, con tutto il benessere del riso.

LE NOVITÀ DI SETTEMBRE: TUTTI PRONTI ALL'ASSAGGIO 🍪

Riso Scotti Snack dà il bentornato a scuola e al lavoro, con tre prodotti che sapranno conquistare i ragazzi e gratificare tutte le categorie di consumo!

CANNOLO di RISO DARK

- SENZA GLUTINE
- SENZA OLIO DI PALMA
- SOLO 98 KCAL
- GUSTO INTENSO

Gemma di Riso ai Frutti Rossi

- FONTE DI FIBRA
- 172 KCAL/PORZIONE
- CON FARINA DI RISO INTEGRALE

Brownie SENZA GLUTINE

- CON FARINA DI RISO
- FONTE DI FIBRE
- 172 KCAL/PORZIONE
- CON ZUCCHERO DI CANNA

Il **Cannolo di Riso Dark**, senza glutine e senza olio di palma, ripieno di crema al cacao dal gusto intenso e avvolgente per sole 98 Kcal, che va ad aggiungersi al Cannolo classico con crema di nocciole e al Cannolo ripieno di crema al cocco; la **Gemma di Riso ai Frutti Rossi** con fiocchi d'avena e farina di riso integrale, fonti di fibra, e un delicato gusto di mirtilli rossi: due frollini in ogni confezione, come già per le Gemme al cioccolato e al cocco, best seller da oltre un decennio! Infine, un irresistibile **Brownie** senza glutine e fonte di fibre, con farina di riso e zucchero di canna: una merenda soffice e gustosa, con gocce di cioccolato.

Gli snack arrivano a domicilio, senza spese di spedizione

Dal momento che i distributori automatici non sono ovunque reperibili, e che non tutti dispongono dell'intera gamma Riso Scotti Snack, l'Azienda si impegna a creare un filo diretto con i consumatori attraverso [l'eshop www.risoscotti.biz/riso-scotti-snack](http://eshop.www.risoscotti.biz/riso-scotti-snack) dove si possono acquistare tutti i prodotti (anche in formato scorta) e riceverli a casa senza alcuna spesa di spedizione!

La **gamma completa dei prodotti Riso Scotti Snack**, suddivisa per categorie, è disponibile a questo link <https://www.risoscottisnack.it/i-nostri-prodotti/>.