

13 I pasti degli italiani. Leggi le seguenti informazioni e poi completa la tabella.

La colazione: La prima colazione italiana si consuma di solito tra le 7 e le 8 di mattina. Gli italiani amano molto fare la colazione a casa con caffè oppure caffelatte, tè con biscotti, dolci di vario tipo oppure pane e marmellata. Anche se questo primo pasto è molto importante, alcuni italiani per comodità fanno colazione al bar consumando un cappuccino ed un croissant.

Il pranzo: Gli italiani pranzano indicativamente tra le 13 e le 14. Chi lavora molto spesso consuma il pranzo al bar mangiando un panino oppure alla mensa del luogo di lavoro, mentre chi può pranzare a casa generalmente mangia un piatto di pasta, un secondo di carne, pesce o uova e un contorno di verdure. In passato era il pasto più importante della giornata, la famiglia si riuniva a tavola e chiacchierava; ora con le nuove abitudini dovute agli impegni di lavoro di tutti i familiari è diventato meno importante.

La cena: Si consuma spesso tra le 19.30 e le 20.30 e come momento di socializzazione sostituisce per importanza il pranzo. Come piatti è molto simile al pranzo.

Lo spuntino: E' un pasto leggero consumato tra quelli principali. Si può mangiare frutta, yogurt o un panino, qualsiasi cosa va bene.

La merenda: E' chiamato così il piccolo pasto di metà mattina o di metà pomeriggio dei bambini, tra le 16 e le 17, quando mangiano pane e marmellata, gelato oppure succo di frutta e biscotti.

	A che ora?	Dove?	Che cosa?	Con chi?
COLAZIONE
PRANZO
CENA
SPUNTINO
MERENDA

14 Ora completa la stessa tabella considerando i pasti nel tuo paese.

I pasti in.....

	A che ora?	Dove?	Che cosa?	Con chi?
COLAZIONE
PRANZO
CENA
SPUNTINO
MERENDA