

La piramide di Passepartout

Passepartout La Piramide Alimentare ha la forma di una piramide, ma è divisa per piani, come un palazzo. In ogni piano abitano differenti alimenti, che tra loro si assomigliano: sono fratelli, fanno parte della stessa famiglia.

Possiamo scegliere di mangiarne uno o l'altro, perché gli alimenti dello stesso piano forniscono al nostro corpo le stesse sostanze.

La Piramide funziona così: gli alimenti nei piani alti sono quelli che vanno consumati in piccole quantità.

Signor Fogg Infatti, la Piramide in alto è più stretta.

Passepartout gli alimenti nei piani bassi sono quelli invece che invece vanno consumati di più.

Signor Fogg Infatti, la Piramide in basso è più larga.

Passepartout Ora, suonate al primo piano della piramide, signore.

Signor Fogg

suona: *PLIN PLON*

Passepartout Chi è?

Signor Fogg Sono il Signor Fogg e voi chi siete?

Passepartout Noi siamo la famiglia "Frutta e Verdura", ci puoi mangiare 5 volte al giorno: colazione, merenda del mattino, pranzo, merenda del pomeriggio, cena.

Non importa se mangi tutte e 5 volte la frutta, o tutte e 5 volte la verdura, oppure 2 volte la frutta e 3 la verdura, oppure...

Signor Fogg Ho capito Passepartout: l'importante è mangiare 5 volte dalla famiglia 'Frutta e Verdura' che abita al primo piano.

Passepartout Bravo! Provate ora a suonare al secondo piano!

PLIN PLON

Passepartout Chi è?

Signor Fogg Sono Fogg, e voi chi siete?

Passepartout Qui abita la famiglia "Pane, pasta, biscotti, riso, patate" ci puoi mangiare, non più di 4 volte al giorno, in totale. Suonate al terzo piano.

PLIN PLON

Passepartout Chi è?

Signor Fogg Sono sempre io, quello di prima, passavo di qua e mi sono detto, guarda qui un campanello, proviamo a suonare.

Passepartout Qui al terzo piano abita la famiglia "Condimenti burro e olio", ci puoi mangiare, scegliendo tra noi fratelli, al massimo 3 volte al giorno, in totale.

PLIN PLON

Passepartout Chi è?

Signor Fogg Fogg! Sono inciampato e ho sbattuto col naso sul campanello, mi scuso ma mi ero distratto.

Passepartout Qui al quarto piano abita la famiglia “Latte, yogurt, formaggio” ci puoi mangiare, scegliendo tra noi fratelli, al massimo 3 volte al giorno, in totale.

PLIN PLON

Passepartout Chi è?

Signor Fogg Sono la befana!

Passepartout Qui al quinto piano abita la famiglia “Carni, pesce, uova, legumi, salumi”, ci puoi mangiare al massimo 2 volte al giorno in totale.

PLIN PLON

Passepartout Chi è?

Signor Fogg Sono un venditore di galline strabiche.

Passepartout Qui al sesto piano abita la famiglia “Dolci”, ci puoi mangiare al massimo 1 volta al giorno e nemmeno tutti i giorni. Capito Signor Fogg? Voi, mangiate con la Piramide Ali al contrario! Quindi, signore?

Signor Fogg Quindi? Voglio il mio cinghiale ripieno di crema pasticcera e la mia torta di fragole ricoperta di maionese e patatine fritte.