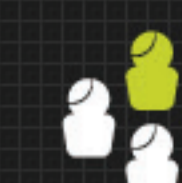




**4 bambini su 5**  
fanno merenda  
tutti i giorni



Il **63%** dei bambini  
fa merenda mattina  
e pomeriggio



**1 bambino su 3**  
salta la merenda  
di metà mattina

# Merenda 2.0

Le opinioni  
delle mamme  
in rete



A merenda i bambini  
sembrano mangiare  
vario e sano

Alternanza di alimenti, tanta frutta e yogurt, un po' di dolce e salato: una scelta apparentemente in linea con le esigenze nutrizionali.

**1°**

**frutta  
e yogurt**

Mattina Pomeriggio



**41,5%**



**36,4%**

**2°**

**panini farciti  
e pizza**

Soprattutto la Mattina



**34,1%**

**3°**

**prodotti da forno  
confezionati**

Mattina Pomeriggio



**30,5%**



**23,2%**

**4°**

**gelato**

Pomeriggio

**25,3%**

Merendine si:  
con moderazione



**44,9%** dei bambini:  
1-2 porzioni  
a settimana



**8,2%** dei bambini:  
3-4 porzioni  
a settimana



**4,1%** dei bambini:  
ogni giorno

I bambini consumano mediamente meno di 3 merendine a settimana: un valore in linea con la media nazionale e ritenuto moderato dai nutrizionisti.

1 mamma su 3 teme di  
non dare ai figli la  
giusta merenda



**3 mamme su 5**  
chiedono più informazioni per  
compiere la scelta migliore:

**61,2%** Quale merenda si  
adatta allo stile di vita  
di mio figlio?

**31,6%** Quante calorie  
contengono  
le varie merende?

**26,5%** Se mio figlio fa sport,  
cosa devo dargli  
a merenda?

Sulle merendine il  
parere delle mamme  
si divide



Il **42%** le ritiene  
nutrizionalmente valide,  
igienicamente sicure e  
pratiche



Il **42%** le ritiene  
nutrizionalmente  
inadeguate, poco  
genuine e di scarsa  
qualità



Il **32-39%** le  
giudica "accettabili",  
se mangiate nella  
giusta quantità

Ma poche  
mamme sanno  
quante calorie hanno

Solo il **37%** conosce  
il vero contenuto calorico  
di una merendina  
(130-170 calorie)

Il **52%** lo sovrastima  
(200-300 calorie)

Il **6,3%** lo crede doppio  
(oltre 300 calorie) rispetto  
alla realtà

Le ragioni di chi  
le sceglie: sicurezza,  
praticità, qualità

Il **65,2%** le preferisce perché  
sono confezionate, dunque  
igieniche e pratiche

Il **31,5%** perché sono  
porzionate e aiutano a valutare la  
giusta quantità di una merenda

Il **28,3%** perché sono migliori  
nutrizionalmente e prodotte da  
marche affidabili

I desideri  
delle mamme online

**63,3%** Ridurre  
ulteriormente il  
contenuto di grassi  
e zuccheri

**32,7%** Avere maggiori  
informazioni  
sulle caratteristiche  
del prodotto

**31,6%** Continuare ad avere  
più impegno da  
parte delle aziende  
nell'innovazione

Sono richieste in linea con le scelte delle aziende produttrici che, negli ultimi anni, hanno ridotto volontariamente il contenuto calorico (130/170 Kcal) ed eliminato i grassi idrogenati. Entro il 2014 diminuiranno di un altro 5% calorie, grassi e zuccheri.

Fonte: Survey su 100 blogger influencer  
Aprile/Giugno 2012  
[www.merendineitaliane.it](http://www.merendineitaliane.it)

Dati ricavati da risposte multiple.