

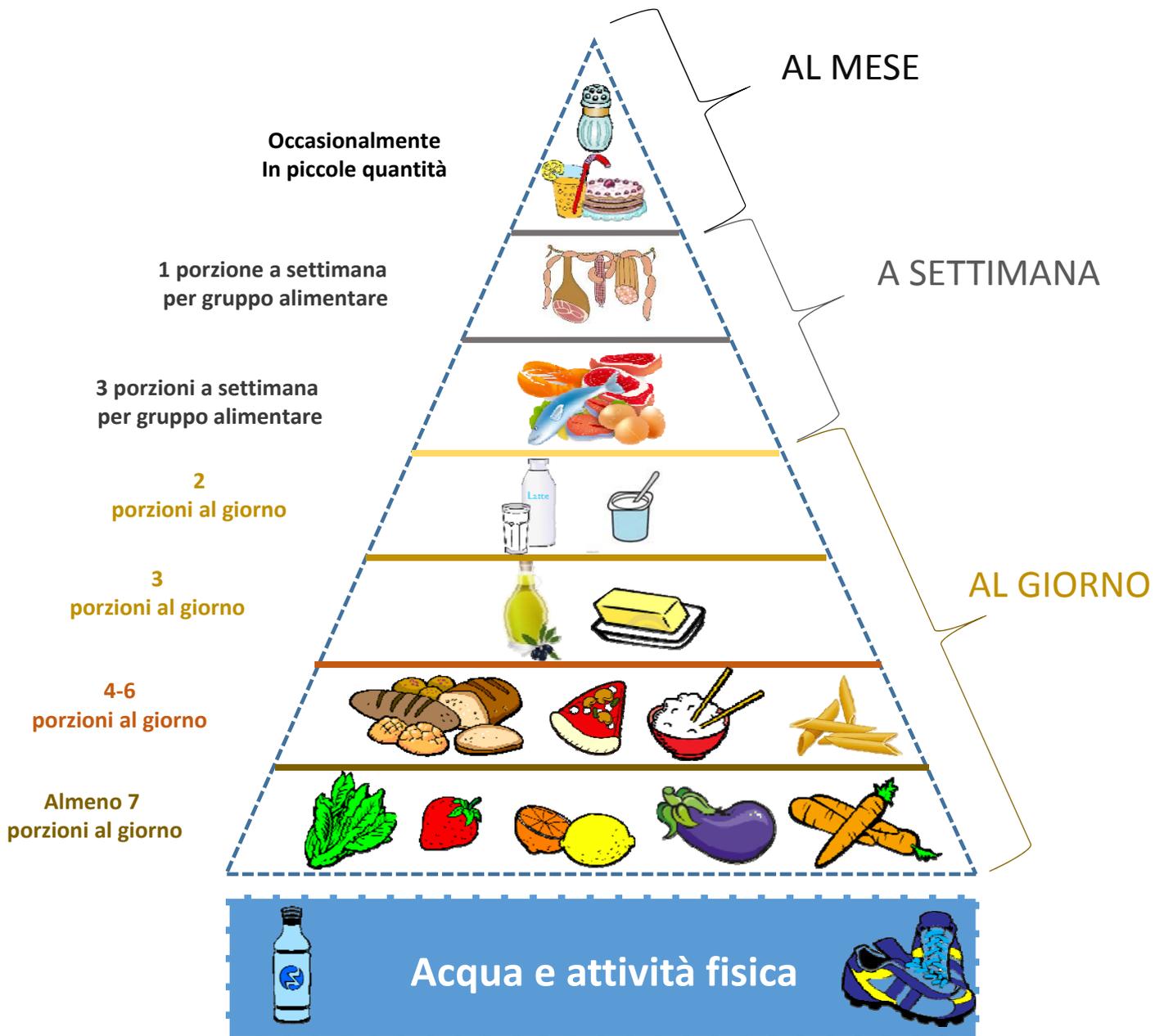


Associazione Culturale per la promozione delle buone pratiche alimentari e la valorizzazione del territorio

CONOSCERE PER SCEGLIERE

**LA PIRAMIDE ALIMENTARE E
IL CALENDARIO
DELLA STAGIONALITA'**

LA PIRAMIDE ALIMENTARE



Impariamo a mangiare in modo equilibrato costruendo insieme la Piramide alimentare che ci fa stare bene!

IL CALENDARIO DELLA STAGIONALITA'

TABELLA STAGIONALITÀ FRUTTA

	GENNAIO	FEBBRAIO	MARZO	APRILE	MAGGIO	GIUGNO	LUGLIO	AGOSTO	SETTEMBRE	OTTOBRE	NOVEMBRE	DICEMBRE
ALBICOCCHIE												
ANGURIE												
ARANCE												
CACHI												
CASTAGNE												
CILIEGIE												
FICHI												
FRAGOLE												
KIWI												
LAMPONI												
MANDARANCI												
MANDARINI												
MELE												
MELONI												
PERE												
PESCHE												
SUSINE												
UVA												

Scegliamo il prodotto giusto... al momento giusto!

IL CALENDARIO DELLA STAGIONALITA'

	GENNAIO	FEBBRAIO	MARZO	APRILE	MAGGIO	GIUGNO	LUGLIO	AGOSTO	SETTEMBRE	OTTOBRE	NOVEMBRE	DICEMBRE
ASPARAGI												
BIETOLE												
BROCCOLI												
CARCIOFI												
CARDI												
CAROTE												
CAVOLFIORI												
CAVOLI												
CETRIOLI												
CICORIE												
CIME DI RAPA												
CIPOLLINE												
FAGIOLINI												
FAVE												
FINOCCHI												
INSALATE												
MELANZANE												
PATATE												
PEPERONI												
PISELLI												
POMODORI												
PORRI												
RADICCHIO												
RAVANELLI												
RUCOLA												
SEDANI												
SPINACCI												
ZUCCHINE												

Oscar CESANO - Comune di Cuneo Servizio Agricoltura

Scegliamo il prodotto giusto... al momento giusto!

CHI SIAMO

Collaboriamo con realtà attive sul territorio, soprattutto romano, per promuovere un modo più consapevole di vivere il cibo e la città, le periferie e la campagna

Organizziamo eventi e laboratori anche su richiesta per vivere una esperienza insolita in famiglia e tra amici

Contattaci per saperne di più!



www.ideecongusto.it



info@ideecongusto.it