

# 2024 OTTOBRE



*frutta*

castagne,  
clementine, mele,  
pere, uva

*ortaggi*

bietole da costa, broccoli,  
carote, fagiolini, lattuga,  
melanzane, patate,  
peperoni, pomodori,  
radicchio, sedano, spinaci,  
zucca, zucchine

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

DOMENICA

