

1 giovedì - Capodanno

2 venerdì

3 sabato

4 domenica

5 lunedì

6 martedì - Epifania

7 mercoledì

8 giovedì

9 venerdì

10 sabato

11 domenica

12 lunedì

13 martedì

14 mercoledì

15 giovedì

16 venerdì

17 sabato

18 domenica

19 lunedì

20 martedì

21 mercoledì

22 giovedì

23 venerdì

24 sabato

25 domenica

26 lunedì

27 martedì

28 mercoledì

29 giovedì

30 venerdì

31 sabato

● piena ○ calante ○ nuova ● crescente

 **BabyGreen**  
La guida online per mamme (quasi) green

# 1 Gennaio 2015

Frutta e verdura di stagione



**Frutta:** arancia, clementina, kiwi, limone, mandarino, pera, pompelmo.

**Verdura:** bietola da costa, broccolo, carciofo, carota, cavolfiore, finocchi, lattuga, patate, radicchio, sedano, spinaci.

Consigli del mese

**La merenda** Ricetta riciclo: torta di panettone e arancia. \*

**La ricetta veloce** Baked potatoes (a modo mio). \*

**Green tip** Anno nuovo, organizzazione nuova: pianificare il menù della settimana è la soluzione ideale per mangiare meglio e non sprecare.

**Blog da scoprire:** [minieco.co.uk](http://minieco.co.uk)

\* ricetta completa su: [www.babygreen.it/gennaio2015/](http://www.babygreen.it/gennaio2015/)



**SALDI fino al 60%**  
family-nation.it  
FamilyNation  
ECO BABY BOUTIQUE



portanatura.it  
portaNatura  
la spesa bio a casa tua