



PM

PRIORI MARTINA
Biologa Nutrizionista

Un Anno
con Martina!

Calendario
2023

www.martinapriori.com



PRIORI MARTINA
Biologa Nutrizionista

"Se puoi sognarlo, puoi farlo" - Walt Disney



FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE: Arance, Pere, Mandarini, Limoni, Kiwi, Mele, Pompelmi, Cavolfiore, Carciofo, Bietole, Finocchi, Broccoli, Cime di rapa, Cavolo, Cicoria, Radicchio, Porro, Rape Rosse.

Gennaio

2023

LUNEDÌ MARTEDÌ MERCOLEDÌ GIOVEDÌ VENERDÌ SABATO DOMENICA

26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5



Dottoressa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com





PRIORI MARTINA
Biologa Nutrizionista

"La tua felicità e i tuoi successi dipendono solo da te." - Anonimo

FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE: Arance, Mele, Mandarini, Limoni, Kiwi, Bergamotto, Pompelmi, Cavolfiore, Carciofo, Finocchi, Broccoli, Finocchietto, Cime di Rapa, Cavolo, Cicoria, Radicchio, Porro, Rughetta.

Febbraio

2023

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	1	2	3	4	5



Dottorssa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com





"Non avrai mai fallito finchè continuerai a provare." - Anonimo

FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE: Arance, Mele, Mandarini, Limoni, Bergamotto, Cavolo, Cavolfiore, Broccoli, Finocchietto, Cicoria, Cipollotti, Insalata, Finocchi, Rape rosse, Carciofo, Radicchio, Porro, Spinaci.

Marzo

2023

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
27	28	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2



Dottorssa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com





PRIORI MARTINA
Biologa Nutrizionista

"Gli ostacoli sono quelle cose spaventose che vediamo ogni qualvolta distogliamo lo sguardo dalla nostra meta." - Anonimo



FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE: Arance, Pompelmi, Pere, Fragole, Limoni, Cipolle, Cavolfiore, Asparagi, Piselli, Finocchi, Insalata, Carciofi, Carote, Aglio, Cicoria, Fave, Broccoli, Erba cipollina.

Aprile

2023

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



Dottorssa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com





PRIORI MARTINA
Biologa Nutrizionista

"Credi in te stesso quando nessun altro lo fa. Ciò ti renderà un vincitore" - Venus Williams

FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE: Arance, Ciliege, Fragole, Limoni, Cipolle, Carciofo, Carote, Insalate, Asparagi, Fagiolini, Radicchio, Piselli, Fave, Aglio, Finocchi, Cicoria, Bietole, Ravanelli.

Maggio

2023

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4



Dottorssa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com





"Piccole opportunità sono spesso l'inizio di grandi imprese" - Demostene

FRUTTA E VERDURE DI STAGIONE: Pesche, Ciliegie, Melone, Fragole, Albicocche, Susine, More, Melanzane, Sedano, Insalate, Cetrioli, Carote, Radicchio, Fave, Ravanelli, Cicoria, Fagiolini, Zucchine, Peperoni, Bietole, Pomodoro.

Giugno

2023

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2



Dottorssa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com





PRIORI MARTINA
Biologa Nutrizionista

"Sembra sempre impossibile finchè non viene fatto" - N. Mandela

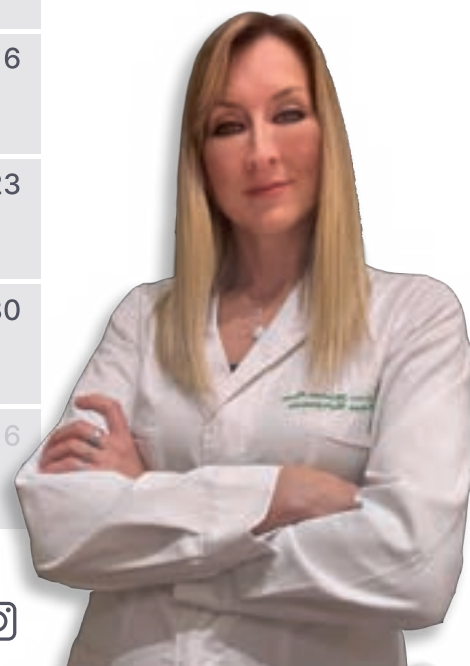
FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE: Pesche, Melone, Fragole, Ribes, More, Anguria, Fichi, Susine, Lamponi, Mirtilli, Albicocche, Ciliegie, Limoni, Zucchine, Fagioli, Sedano, Cicoria, Peperoni, Melanzane, Cetrioli, Fagiolini.

Luglio

2023

LUNEDÌ MARTEDÌ MERCOLEDÌ GIOVEDÌ VENERDÌ SABATO DOMENICA

26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6



Dottorssa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com





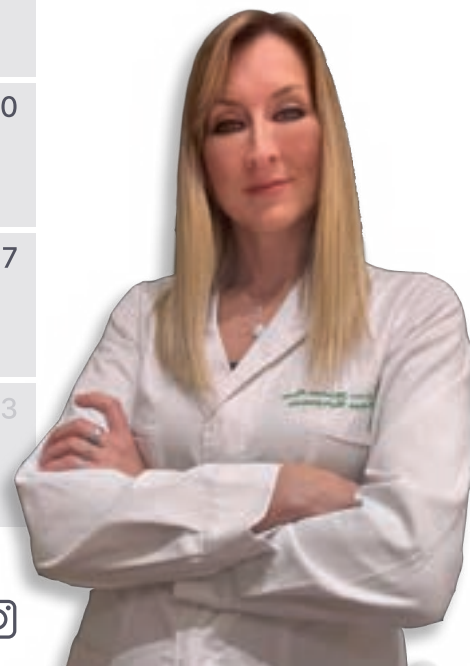
"Non importa quanto vai piano, l'importante è non fermarsi" - Confucio

FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE: Pesche, Uva, Melone, More, Fichi d'india, Susine, Ribes, Fichi, Anguria, Lamponi, Mirtilli, Limoni, Cetrioli, Pomodoro, Cicoria, Melanzane, Ravanelli, Fagioli, Zucchine, Peperoni, Fagiolini.

Agosto

2023

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3



Dottorssa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com





"Il futuro appartiene a coloro che credono nella bellezza dei propri sogni." - Eleanor Roosevelt



FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE: Pesche, Uva, More, Fichi d'india, Susine, Fichi, Anguria, Mele, Finocchi, Bietole, Carote, Radicchio, Limoni, Cetrioli, Pomodoro, Zucca, Cicoria, Melanzane, Zucchine, Insalate, Peperoni, Broccoli, Mais.

Settembre

2023

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1



Dottorssa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com





"La vita è per il 10% cosa ti accade e per il 90% come reagisci" - Charles R. Swindoll



FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE: Mele, Pere, Uva, Noci, Limoni, Castagne, Zucca, Cavolfiore, Melanzane, Bietole, Finocchi, Insalata, Carote, Cavolo, Cicoria, Olive, Broccoli, Porro.

Ottobre

2023

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5



Dottoressa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com





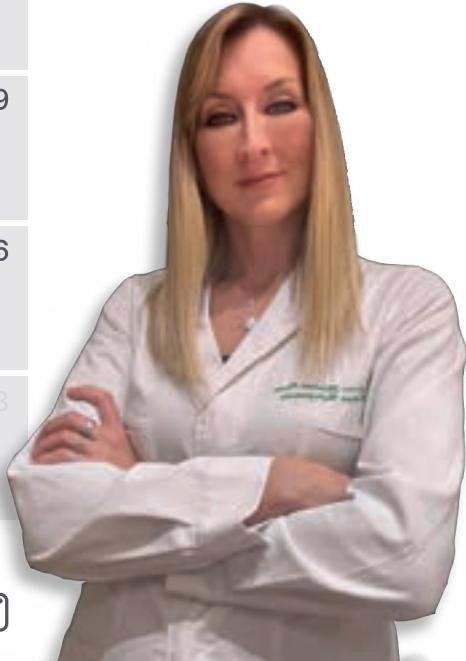
"Non è mai troppo tardi per essere ciò che vorresti essere." - G. Eliot

FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE: Arance, Pere, Mandarini, Limoni, Cachi, Melograno, Castagne, Zucca Cavolfiore, Carciofo, Bietole, Finocchi, Insalata, Radicchio, Carote, Cavolo, Cicoria, Spinaci, Broccoli, Porro, Patate.

Novembre

2023

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3



Dottorssa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com





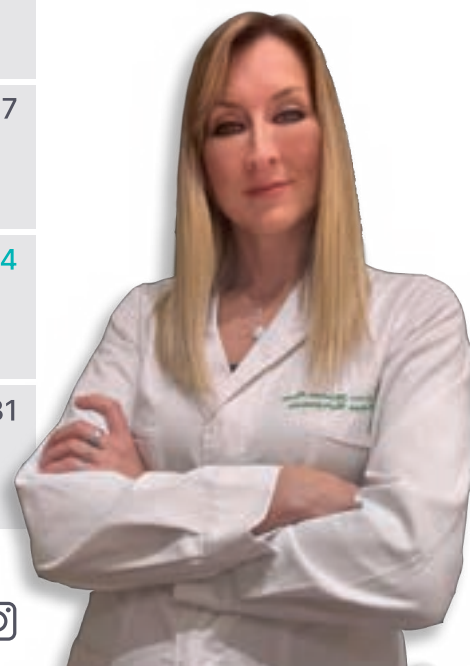
"Se non credi in te stesso, troverai sempre un modo per non vincere" - Carl Lewis

FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE: Arance, Pere, Mandarini, Limoni, Cachi, Melograno, Mele, Cavolfiore, Carciofo, Bietole, Finocchi, Insalata, Cime di rapa, Cavolo, Cicoria, Spinaci, Broccoli, Porro.

Dicembre

2023

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



Dottoressa Martina Priori | Via Nettunense 73 - 00075 Lanuvio (RM)
Info: 347.3165006 - www.martinapriori.com

