



GIUGNO 2018



THE *green*
PANTRY
thegreenpantry.it

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	

Tutte le cose che voglio fare questa ESTATE

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Questa estate sarà...

- Super
- Eccezionale
- Rilassante
- Divertente
- In giro per il mondo
- Al mare
- In montagna



Il consiglio Green
di
The Green Pantry

Ricordati di bere molto durante le calde giornate estive, non consumare bibite ghiacciate ma prediligi estratti di frutta e verdura che ti aiuteranno a integrare i sali minerali persi con il caldo e le vitamine di cui ha bisogno il nostro organismo per combattere la calura.
Estratto anti caldo: 4 fette di melone, 1 pesca nettarina, due albicocche: taglia la frutta pezzi e inseriscila nell'estrattore alternando le consistenze, bevi subito o conserva in frigo in una bottiglietta di vetro per massimo 24 ore.

