

makro

Calendario Verde 2016

PRODUCTOS DE TEMPORADA + SALUDABLES + SOSTENIBLES + ECONÓMICOS + SABROSOS



Rodrigo de la Calle

Rodrigo de la Calle
Chef creador de la GASTROBOTÁNICA, especialista en verduras y frutas y asesor en GASMA.

Restaurante "El Invernadero".

Enero



makro



Olivas negras y zanahorias

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 1					1	2	3
Semana 2	4	5	6	7	8	9	10
Semana 3	11	12	13	14	15	16	17
Semana 4	18	19	20	21	22	23	24
Semana 5	25	26	27	28	29	30	31

verduras



frutas



hongos



Febrero

makro



Almejas vegetales

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 6	1	2	3	4	5	6	7
Semana 7	8	9	10	11	12	13	14
Semana 8	15	16	17	18	19	20	21
Semana 9	22	23	24	25	26	27	28
Semana 10	29						

verduras



hongos



frutas



algas frescas



Marzo

makro



Guisantes y papada

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 10		1	2	3	4	5	6
Semana 11	7	8	9	10	11	12	13
Semana 12	14	15	16	17	18	19	20
Semana 13	21	22	23	24	25	26	27
Semana 14	28	29	30	31			

verduras



frutas



algas frescas



hongos



Abril



Alcachofas escabechadas

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 14					1	2	3
Semana 15	4	5	6	7	8	9	10
Semana 16	11	12	13	14	15	16	17
Semana 17	18	19	20	21	22	23	24
Semana 18	25	26	27	28	29	30	

verduras



frutas



algas frescas



hongos



Mayo

makro



Texturas de lechugas

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 18							1
Semana 19	2	3	4	5	6	7	8
Semana 20	9	10	11	12	13	14	15
Semana 21	16	17	18	19	20	21	22
Semana 22	23	24	25	26	27	28	29
Semana 23	30	31					

verduras



frutas



algas frescas



hongos



Junio

makro



Arroz de azafrán y algas

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 23			1	2	3	4	5
Semana 24	6	7	8	9	10	11	12
Semana 25	13	14	15	16	17	18	19
Semana 26	20	21	22	23	24	25	26
Semana 27	27	28	29	30			

verduras



frutas



algas frescas



hongos



Julio

makro



Tomate verde

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 27					1	2	3
Semana 28	4	5	6	7	8	9	10
Semana 29	11	12	13	14	15	16	17
Semana 30	18	19	20	21	22	23	24
Semana 31	25	26	27	28	29	30	31

verduras



frutas



algas frescas



hongos



Agosto

makro



Amaritas sukiyaki

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 32	1	2	3	4	5	6	7
Semana 33	8	9	10	11	12	13	14
Semana 34	15	16	17	18	19	20	21
Semana 35	22	23	24	25	26	27	28
Semana 36	29	30	31				

verduras



frutas



algas frescas



hongos



Septiembre



Melón espirulina

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 36				1	2	3	4
Semana 37	5	6	7	8	9	10	11
Semana 38	12	13	14	15	16	17	18
Semana 39	19	20	21	22	23	24	25
Semana 40	26	27	28	29	30		

verduras



frutas



algas frescas



hongos



Octubre

makro



Níscalos con coliflor

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 40						1	2
Semana 41	3	4	5	6	7	8	9
Semana 42	10	11	12	13	14	15	16
Semana 43	17	18	19	20	21	22	23
Semana 44	24	25	26	27	28	29	30
Semana 45	31						

verduras



frutas



algas frescas



hongos



Noviembre

makro



Nabos escabechados

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 45		1	2	3	4	5	6
Semana 46	7	8	9	10	11	12	13
Semana 47	14	15	16	17	18	19	20
Semana 48	21	22	23	24	25	26	27
Semana 49	28	29	30				

verduras



frutas



hongos



algas frescas



Diciembre



Lombarda con trufa

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 49				1	2	3	4
Semana 50	5	6	7	8	9	10	11
Semana 51	12	13	14	15	16	17	18
Semana 52	19	20	21	22	23	24	25
Semana 53	26	27	28	29	30	31	

verduras



frutas



hongos





Rodrigo de la Calle

Rodrigo de la Calle
Chef creador de la GASTROBOTÁNICA
especialista en verduras y frutas

