TEMPO DI

QUARESIMA

RITO AMBROSIANO

cosa sono digiuno e astinenza?

DIGIUNO

Si può mangiare 1 pasto completo e altri 2 pasti leggeri

- Primo venerdì di Quaresima
- Venerdì Santo

✓ *DAI **18** AI **59** ANNI*

ASTINENZA

Non si può mangiare carne

- Venerdì di Quaresima
- Venerdì santo

✓ *DAI **14** ANNI IN **SU***

23 FEBBRAIO — ***Primo venerdì di Quaresima***

29 MARZO — ***Venerdì Santo***

✕

NON SONO OBBLIGATI A DIGIUNARE:

- *MALATI*
- *DONNE INCINTE O CHE ALLATTANO*