

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**

**26**  
FEBBRAIO

**Primo venerdì  
di Quaresima**

**2**  
APRILE

**Venerdì  
Santo**



**NON SONO OBBLIGATI  
A DIGIUNARE:**

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