

PRIMAVERA

(21 DE MARZO – 20 DE JUNIO)

VERDURA

AJO SILVESTRE
COLIFLOR
BRÓCOLI
ACHICORIA
HABAS
LECHUGA ICEBERG
ESCAROLA
GUISANTE
HINOJO
CEBOLLETA
PEPINO
PATATA
COLINABO
LECHUGA
NABO
ZANAHORIA
ACELGA
RÁBANO
RUIBARBO

LOMBARDA
RÚCULA
ESPÁRAGO
ESPINACA
COL PUNTIAGUDA
PIMIENTO
REPOLLO
COL DE MILÁN
CALABACÍN
TIRABEQUE

FRUTAS

FRESA
ARÁNDANO
FRAMBUESA
GROSELLA
CEREZA

OTOÑO

(21 DE SEPTIEMBRE – 20 DE DICIEMBRE)

VERDURA

ALCACHÓFA
BERENJENA
COLIFLOR
BRÓCOLI
ACHICORIA
LECHUGA ICEBERG
ESCAROLA
CANÓNIGO
HINOJO
JUDÍAS VERDES
BERZA
PATATA
COLINABO
LECHUGA
CALABAZA
MAÍZ
ACELGA
ZANAHORIA
PIMIENTO
CHIRIVÍA
PUERRO

CHICORIA
RÁBANO
COL DE BRUSELAS
REMOLACHA
LOMBARDA
RÚCULA
RÁBANO NEGRO
SALSIFÍ NEGRO
ESPINACA
APIO
NABICOL
TUPINAMBO
RÁBANO BLANCO
REPOLLO
COL DE MILÁN
CEBOLLA

FRUTAS

MANZANA
PERA
CASTAÑA
MEMBRILLO
CIRUELA DAMASCENA

VERANO

(21 DE JUNIO – 20 DE SEPTIEMBRE)

VERDURA

ALCACHÓFA
BERENJENA
COLIFLOR
BRÓCOLI
LECHUGA ICEBERG
ESCAROLA
GUISANTES
HINOJO
CEBOLLETA
PEPINO
JUDÍA VERDE
PATATA
COLINABO
LECHUGA
CALABAZA
NABO
MAÍZ
ACELGA
ZANAHORIA
PIMIENTO
PUERRO
CHICORIA
RÁBANO
REMOLACHA
RÚCULA
LOMBARDA

ESPINACA
APIO
NABICOL
TOMATE
RÁBANO BLANCO
REPOLLO
COL DE MILÁN
CALABACÍN
TIRABEQUE
CEBOLLA

FRUTAS

MANZANA
ALBARICOQUE
PERA
ARÁNDANO
MORA
FRESA
ARÁNDANO
FRAMBUESA
GROSELLA
CEREZA
CIRUELA CASCABEL
CIRUELA
MEMBRILLO
UVA
CIRUELA DAMASCENA

INVIERNO

(21 DE DICIEMBRE – 20 DE MARZO)

VERDURA

ESCAROLA
CANÓNIGO
BERZA
CHIRIVÍA
PUERRO
COL DE BRUSELAS
RÁBANO NEGRO
SALSIFÍ NEGRO
ESPINACA
TUPINAMBO
COL DE MILÁN

FRUTAS

MANZANA
MANDARINA
NARANJA